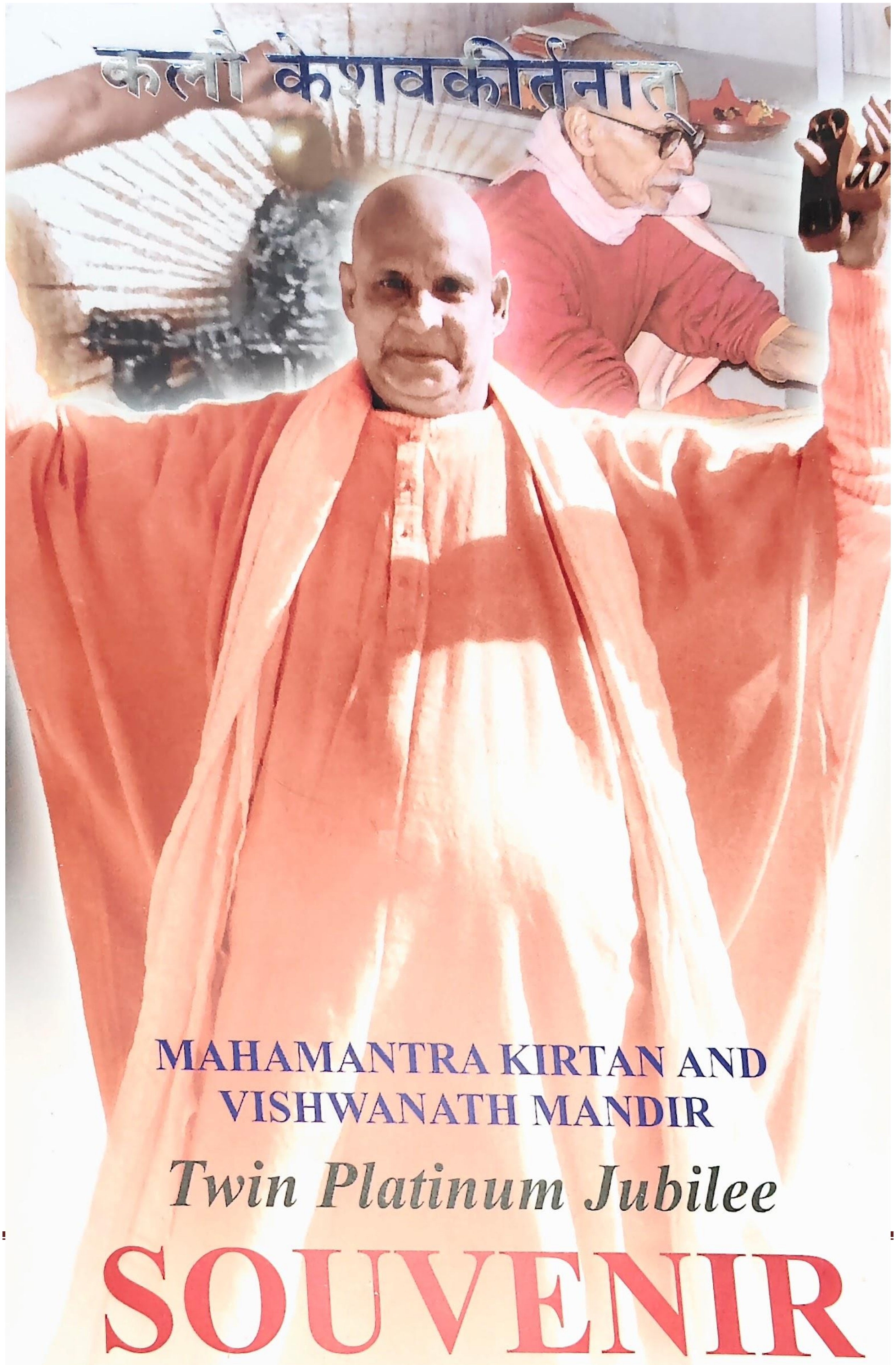


कलौ केशवकीर्तनात्

MAHAMANTRA KIRTAN AND VISHWANATH MANDIR

Twin Platinum Jubilee

SOUVENIR

कलौ केशवकीर्तनात्

MAHAMANTRA KIRTAN AND VISHWANATH MANDIR

Twin Platinum Jubilee

Souvenir

Published by
THE DIVINE LIFE SOCIETY
P.O. SHIVANANDANAGAR-249 192
Distt. Tehri-Garhwal, Uttarakhand, Himalayas, India

www.sivanandaonline.org
www.dlshq.org

First Edition: 2018 (2000 Copies)

@The Divine Life Trust Society

Published by Swami Padmanabhananda for
The Divine Life Society, Shivanandanagar, and printed
by him at Mehul Print Service A-31, Naraina Industrial Area, Phase-I, NEW DELHI
For online orders and catalogue visit: dlsbooks.org

ॐ

FOREWORD

With great joy, we are bringing out a beautiful Souvenir to commemorate the sacred occasions of Platinum Jubilee of Akhanda Mahamantra Kirtan and Consecration of Sri Vishwanath Mandir. Highlighting the supreme significance of these two divine Yajnas initiated by Sadgurudev Sri Swami Sivanandaji Maharaj in December 1943, Worshipful Sri Swami Chidanandaji Maharaj says:-

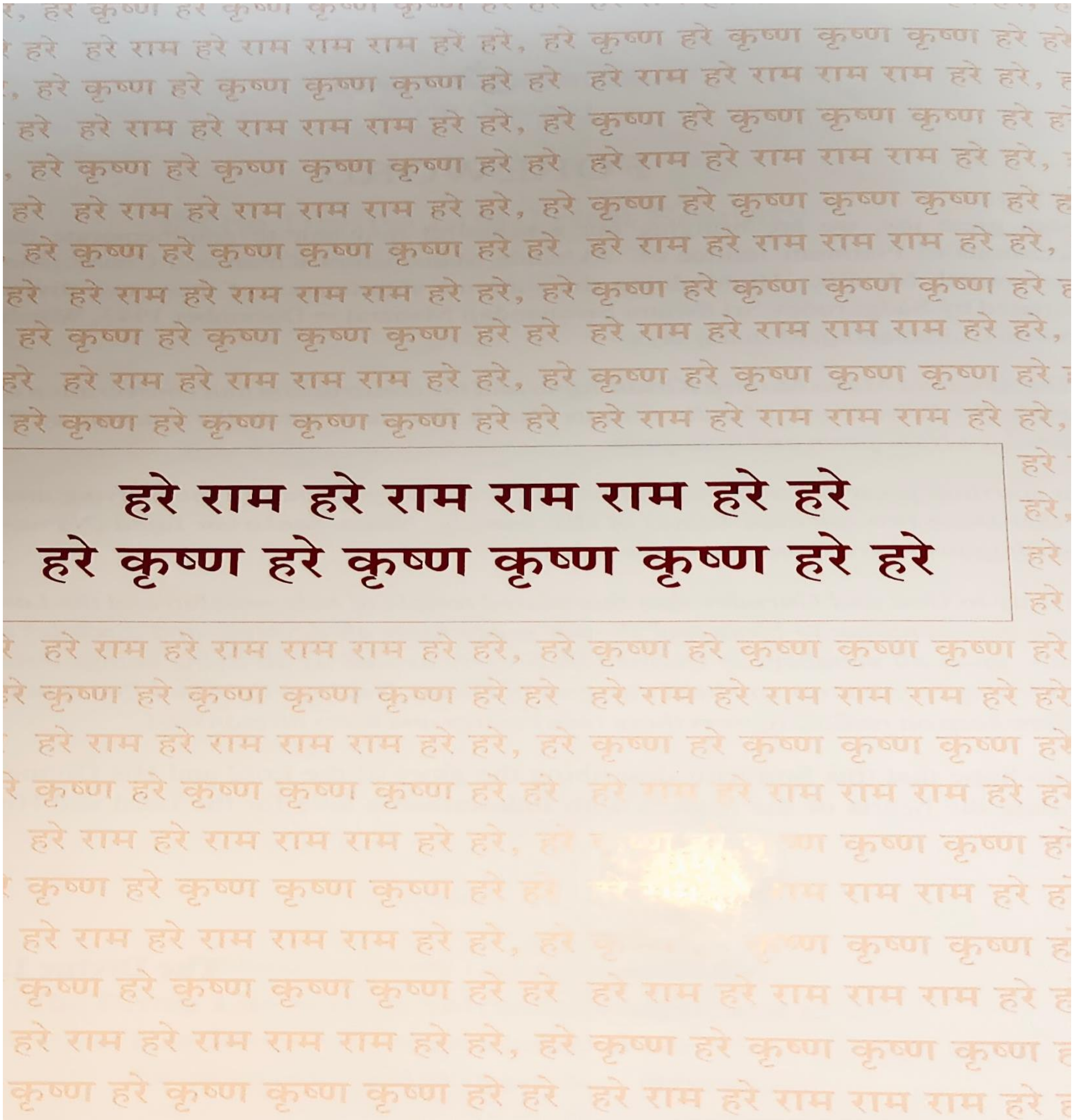
"The Akhanda Maha Mantra Kirtan Yajna and the construction and consecration of the holy temple Sri Vishwanath Mandir with its Panch Devata is verily the outcome of Worshipful Gurudev's Nam-prem and Ram-prem.

His spiritual presence and inspiration has been our guidance in intensifying and carrying further these two spiritual Yajnas of His, namely Nama-Sankirtan Yajna (Nama-chanting) and Bhagawat-Aradhana Yajna (worship).

We pray to God and Gurudev that this sacred temple of holy worship and the Lord's Divine Name may continue to bless and shower grace upon all devotees and disciples of spiritual family, upon all members of Divine Life Society as well as all living beings throughout the world. May continuous spiritual currents of Divine Healing. Spiritual Peace and Universal Welfare keep on radiating from these twin centres and bless all mankind."

We do hope that this Souvenir describing the glory of the Lord and His Divine Name will inundate the hearts of the readers with indescribable love for the Lord and His Nectarine Name.

The Divine Life Society


हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे
हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे

6 October, 2018

Radiant Immortal Atmant !

Om Namo Narayanaya
Om Namo Bhagavate Vasudevaya.
Om Namo Bhagavate Sivanandaya.

Message for Platinum Jubilee Celebration
Starting of Maha Mantra Akhanda Kirtan on 3 December 1943

The construction of Sri Vishwanath Mandir was completed in the year 1943. After its completion, Worshipful Gurudev fixed the last day of the year, 31 December 1943, as the day for installing the sacred Shiva Linga. When some local priests heard this, they took objection. Then, all went to Gurudev and told him that this day was an inauspicious day, not suitable for the installation (Pratishtha) of the Shiva Linga.

Gurudev then told them, "It was Lor d Shiva Himself who prompted me from within to fix that date. All the arrangements have already been made and I do not want to change the date. In order to counteract the inauspicious effects, we shall start chanting the Maha Mantra Kirtan for four weeks."

This was the reason for starting the Akhanda Kirtan of Maha Mantra "Hare Rama Hare Rama, Rama Rama Hare Hare Hare Krishna Hare Krishna, Krishna Krishna Hara Hare" for four weeks, i.e. from 3 to 31 December 1943. But Satgurudev's Sankalpa was so strong that even after the Vishwanath Mandir was opened the Kirtan continued. Now, after 75 years, it is still continuing in the Bhajan Hall!

Gurudev also said, "It is very difficult to practice severe austerities. Man has become physically and mentally weak. He does not have the stamina and strength to practice sustained Sadhana. Therefore, in this Kali Yuga (Iron Age), the easiest Sadhana is constant singing of this Maha Mantra. When chanted continuously, it creates powerful spiritual vibrations which mingle in the atmosphere and nullify all negative vibrations, filling it with positive vibrations. The entire environment gets charged with peace and serenity."

This is the greatness of the Maha Mantra Kirtan says Satgurudev, Sri Swami Sivanandaji Maharaj.

Yours in the Service of Gurudev,

Singh of Swami Vimalananda
Swami Vimalananda President

Hare Rama Hare Rama Rama Rama Hare Hare
Hare Krishna Hare Krishna Krishna Krishna Hare Hare

ॐ

Friends,

The glory of the name of God cannot be established through reasoning. It can certainly be experienced through faith, devotion and constant repetition Have reverence and faith for the name. Do not argue.

Every name is filled with countless powers. Just as fire has the natural property of burning things, so also the name of God has the power of burning the sins and desires.

O Man! Take refuge in the name and cross this formidable ocean of birth and death. Name and Nami are inseparable. Glory to the Lord. Glory to His name

Hari Om. Sri Ram.

Sivananda

CONTENTS

FOREWORD 4
SANKIRTAN IS THE SWAROOPA OF GOD 17
SANKIRTAN YOGA FOR KALI YUGA 23
MAHAMANTRA FOR THE MODERN WORLD 27
SANKIRTAN YOGA 34
DIVINE NAMAPATHY 39
THE GLORY OF THE DIVINE NAME 41
THE SIGNIFICANCE OF MANTRA-JAPA SADHANA 46
REALISATION THROUGH MUSIC 49
GLORY OF GOD'S NAME 55
COUPLETS FROM KABIR 62
SAYINGS OF SRI SRI MAA ANANDMAY 69
MANTRA-A VIBRATING FORCE 73
POWER OF MANTRA 75
NO CHARM LIKE RAMANAMA 78
THE TRANSFORMATIVE POWER OF THE MAHA MANTRA 82
THE GLORY OF NAMA JAPA 86
GURU MANTRA 89
GOD'S NAME-THE POWERFUL WEAPON 91
THE SUPREME VALUE OF RAMA-NAMA 92
SHIKSHASHTAKA 95
DANCE OF SIVA 98
GLORY OF LORD SIVA 101
VISHWANATHA MANDIR 109
THE RATIONALE BEHIND PRAYER 110
HAIL! VISHWANATH 113
REGULAR WORSHIP UNVEILS THE DIVINITY IN THE IDOL 116
VEDANTA AND IDOL WORSHIP 119
THE WORSHIP OF LORD SIVA 122
PHILOSOPHY OF SIVA TANDAVA 127
ALWAYS BE IN THE DIVINE 132
POWER OF DIVINE NAME 138

GLORY OF NAMA SANKIRTAN....143
भगवन्नाम का माहात्म्य....151
भगवन्नाम की महिमा....159
भगवन्नाम की शक्ति....166
मन्त्र एवं जप....172
कलियुग में महामन्त्र की महिमा....175
भक्ति-संगीतः ईश्वर-साक्षात्कार का अनुपम साधन....180
संकीर्तन-सम्राट् स्वामी शिवानन्द....181
भगवन्नाम ही सब-कुछ है....183
श्री भगवान् और उनका नाम अभिन्न है....188
रामदास-वचनामृत....193
श्री रामचरितमानस में नाम महिमा....197
भगवान् शिव-प्रतीक दर्शन....201
भगवान् विश्वनाथ की सच्ची अर्चना....212
श्री विश्वनाथ मन्दिर....218

04

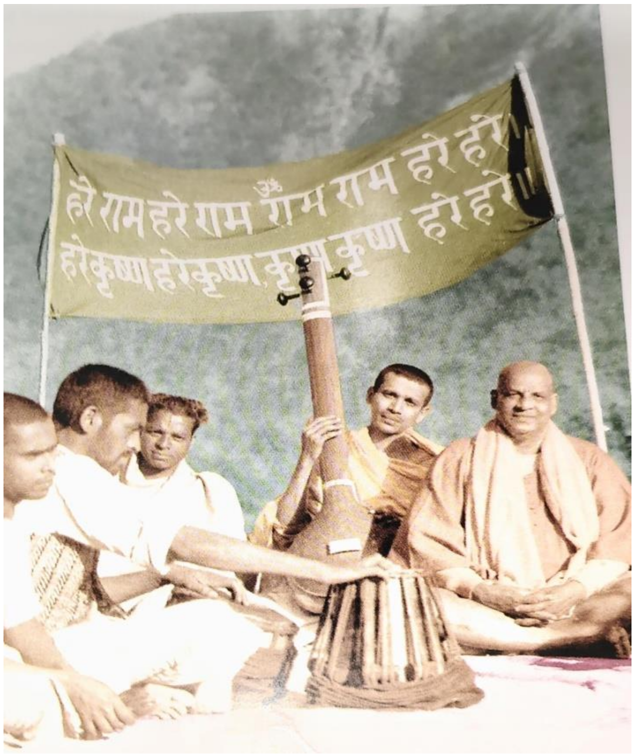
05

06

HARE RAMA HARE RAMA
RAMA RAMA HARE HARE
HARE KRISHNA HARE KRISHNA
KRISHNA KRISHNA HARE HARE

SANKIRTAN IS THE SWAROOPA OF GOD

Sri Swami Sivananda



Sankirtan is the Swaroopa of God. Dhwani is Sankirtan. Sankirtan is the essence of the Vedas. The four Vedas originate from 'sound'. There are four kinds of sounds, viz. Vaikhari (vocal), Madhyama (from the throat), Pashyanti (from heart) and Para (from navel). Sound originates from navel. Vedas also originate from navel. Sankirtan and Vedas are born from the same source. People sit together and sing the names of the Lord with harmony and concord and with Divine Bhava. This is Sankirtan. Nama and Nami are inseparable. Nama is greater than the Nami. Even in worldly experiences, the man dies but his name is remembered for a long time. Kalidasa, Shakespeare, Valmiki, Tulsidas are remembered even today.

नाम संकीर्तनं यस्य सर्वपापप्रणाशनम् ।

प्रणामो दुःखशमनस्तं नमामि हरिं परम् ।।

I offer my salutations to that Hari, by chanting whose name man is freed from all sins, and by prostrations to whom, he is saved from all misery.

-Srimad Bhagavata 12.13.23

Nama is nothing but Chaitanya, Sankirtan is singing God's name with Bhava and Prem of divine feeling. "Akhanda means 'continuous' or 'without break'. Kirtan means singing the Lord's name. Akhanda Kirtan is the continuous singing of the Lord's name. Akhanda Kirtan is a very effective spiritual Sadhana. There is eradication of all evil Vrittis during this period. The mind can be easily controlled by Akhanda Kirtan. The wandering habit of the mind towards sensual objects can be easily checked by Akhanda Kirtan. By the practice of Akhanda Kirtan, the mind has neither time nor opportunity to think of sensual objects. Akhanda Kirtan is a potent and easy means to capture the mind. The mind is filled with Sattva. There is supreme peace and joy in Akhanda Kirtan Akhanda Kirtan brings communion or Samadhi quickly. It purifies the heart quickly. It produces tremendous purity of mind and other incalculable benefits

Utsava for three days may not produce a lasting impression. To induce Samadhi and Divine Ecstatic mood quickly, there is no other agent more powerful than Akhand Kirtan. There is no Yajna greater than Akhanda Kirtan. In Kali Yuga, a well-conducted Akhanda Kirtan tantamounts to one hundred Ashwamedha sacrifices. If you weigh the fruit obtained by conducting an Akhanda Kirtan in one scale and the fruit of one hundred Ashwamedha Yajnas in the other scale, the former will go down. This is especially suited for this Iron Age. It does not cost you anything. During Akhanda Kirtan the Mahamantra Hare Rama Hare Rama Rama Rama Hare Hare, Hare Krishna Hare Krishna Krishna Krishna Hare Hare should be repeated

At the end of Dwapara Yuga, sage Narada went to Brahma and wanted to know the easiest means of crossing the ocean of Samsara in the Kali age. Brahma replied that by repetition of the Mahamantra consisting of 16 names, a man can easily get over the Samsara. The sixteen names are those mentioned above. These names destroy the Avarana which produces the sense of individuality of the Jiva, surrounded by the sixteen Kalas (rays). Then, like the sphere of the sun, which shines fully after the clouds disperse, Parabrahman alone shines. No rules are to be observed in the repetition of these names

Brahma also said, "Whosoever in a pure or an impure state, utters these always attains the same world of, or proximity with or the same form of or absorption into Brahman. He is at once released from all bondage." He who does Sankirtan forgets the body and the world. Sankirtan removes the body idea. It brings super-intuitional knowledge. Tukaram was an agriculturist. He was an illiterate.

ध्यायन् कृते यजन् यज्ञैखेतायां द्वापरेऽर्चयन् ।

यदाप्नोति तदाप्नोति कली संकीर्त्य केशवम् ।।

That which is attained through meditation in Satyuga, through performance of sacrifice in Treta, through worship of God in Dwapara, is attained in Kaliyuga through mere chanting of Sri Krishna's Name.

He could not even sign his name. He was always doing Sankirtan of the Names of the Lord. He had Darshan of Lord Krishna in physical form. His inner sight (Jnana Chakshu) was opened by Sankirtan. His inspiring Abhangas are texts for M. A. students of the Bombay University now.

Wherefrom did the illiterate Tuka derive his knowledge? He tapped the fountain of knowledge through Sankirtan. He penetrated deep into the divine source through Bhava Samadhi, that was brought about by deep Sankirtan. Does this not clearly prove that God exists, that the Swaroop of God is knowledge and that Sankirtan has tremendous influence in attaining this knowledge..

शमायालं जलं वह्नेस्तमसो भास्करोदयः ।

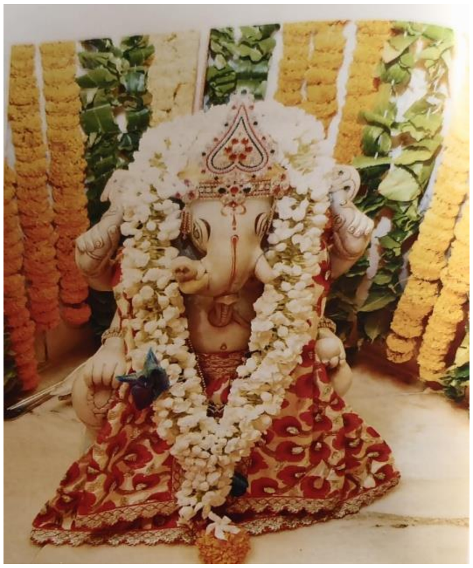
शान्तिः कलौ ह्यघौघस्य नामसंकीर्तनं हरेः ।।

Water is enough to extinguish fire; sunshine is enough to dispel darkness; during the Kaliyuga, recitation of the names of Hari is enough to remove the accumulated sins of men.

-Vishnudharmatioram

हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे

Sankirtan brings Darshan of God or attainment of Divine consciousness in this Kali Yuga.



Sankirtan develops love. Sankirtan is the easiest, surest, safest, quickest way for attaining God-consciousness. Those who do Sankirtan in the beginning for the sake of mental enjoyment will realise the purifying effects of Sankirtan after some time and then they will themselves do it with Bhava and Sraddha. There is a mysterious power in the name of the Lord. Man cannot live on bread alone but he can live on the Name of the Lord and His blessings. The harmonious vibrations produced by Akhanda Kirtan help the devotees to control their minds easily. They produce a benign influence on their minds. They elevate the mind at once from its old ruts or grooves to magnanimous heights of divine splendour and glory. If one does Sankirtan from the bottom of the heart with full Bhava and Prem, even the birds and animals will be deeply influenced. They will respond. Rishis and Siddhas visit the place where Sankritan is held. You can see brilliant lights all round the Pandal.

Blessed is the place where Akhanda Kirtans are held. Twice blessed are those who sacrifice or Yajna. Thrice blessed are those who partake in it and drink the Divine Nectar by repeating the sweet Names of the Lord. Glory be to such sincere earnest devotees! May you attain the final beatitude of life by repeating the name of Lord and by regular. Akhanda Kirtan! May you all live immersed in the ecstasy of Divine Love and Prem!

श्रृण्वन् गृणन् संस्मरयंश्च चिन्तयन्नामानि रूपाणि च मङ्गलानि ते ।

क्रियासु यस्त्वच्चरणारविन्दयोराविष्टचेता न भवाय कल्पते ।।

Those who worship Thee with fervent devotion, hearing about Thee and Thy attributes chanting Thy name, meditating on Thy auspicious forms and conveying Thy devotional message to others- they verily overcome this transmigratory existence.

-Srimad Bhagavata 10.2.37

SANKIRTAN YOGA FOR KALI YUGA

Sri Swami Sivananda

In this Kali Yuga, Vedanta and Kundalini Yoga are mere talks. They are not practicable for all ordinary aspirants. Vedanta demands gigantic will, deep enquiry and wonderful power of understanding and analysis. Very few possess these talents or faculties, For Kundalini Yoga, one needs great spiritual vigour, absolute Brahmacharya for awakening Kundalini and taking it through the Chakras to the Sahasrara. These are more in theory. Practice is rather difficult.

So, in this Kali Yuga, Iron Age Sankirtan Yoga is the casiest, safest, cheapest and surest way for attaining God-realisation. Sankirtan and the practice of the formula, Be good, do good this alone will give God-realisation. This alone can be practised by the vast majority of persons. Even those who practised Vedanta, have all come down to the practice of Sankirtan and Namasmarana, always remembering God. Even if there are breaks, it doesn't matter. We can have remembrance and eventually we will have uninterrupted remembrance like the bell-sound. You will have continuous remembrance and will rest in God. You will attain the super-conscious state which the Yogins enjoy.

कलिकल्मषत्युग्रं नरकार्तिप्रदं नृणाम् ।

प्रयाति विलयं सद्यः सकृद् यत्रानुसंस्मृते ।।

The strain of Kali age, which condemns men to sharp punishment in hell, is at once effaced by a single invocation of Hari.

----Vishnupurana

You can study Kundalini Yoga and imagine that Kundalini is passing from Muladhara Chakra. It is some kind of acid passing through. Do not mistake it for Kundalini Sakti. Do Kirtan. Kundalini

awakens itself and others' Kundalini also awakens. Kundalini can be easily awakened by chanting Divine Name, Gurukripa, Guru Mantra, but of all these things, Sankirtan Yoga is the best. Though Vedanta is good for talking and good for lectures, for a spiritual man Nama is very pleasing. He likes Japa. Nama strengthens. Nama is a great potential tonic. "Yajnanam Japayajnosmi." "Of all Yajnas, I am Japa Yajna."

One who does Kirtan need not deliver lectures on Navavidha Bhakti, the nine modes of devotion. All Bhaktis or modes of devotion are in the singing of Kirtan. The veil of ignorance will be torn asunder by doing Kirtan.

They have prescribed Karma Yoga for removal of Mala or impurity, Upasana for removing Vikshepa or oscillation of the mind and meditation on Vedantic formulae for removing the veil of ignorance, Avarana. But Sankirtan removes all the three: Mala, Vikshepa and Avarana. That is the reason why Sankirtan is the best and easiest Yoga.

May all take to the practice of Sankirtan Yoga and attain the summum bonum of existence, viz. God-realisation, not tomorrow, but today, this very second!

MAHAMANTRA FOR THE MODERN WORLD

Sri Swami Chidananda

The glory of the Name and the power of the Divine Word are well-known in all religions in this world. But it will not be an exaggeration to say that in the Hindu faith especially this tradition of Nama Mahima (glory of the Name), of the intense faith in the transforming and divinising power of the Divine Name (Divya Nama) has been given such a place of great prominence; that it forms a distinct and integral mode of approach to Divinity, by itself. Apart from the prominent Yoga Margas Jnana, Karma, Raja and Bhakti- the practice of the Divine Name is emphatically posited as a complete Yoga, the Japa Yoga.

यन्त्रामकीर्तनं भक्त्या विलायनमनुत्तमम् ।

मैत्रेयशेवांनी धात्तामिव पावकः ।।

The repetition of Lord's Nam with devotion is the best purifier of all sins as fire purifies metals.

-Vihnupurana

Mantra (Divine Name) is, therefore, to be understood as a collection of letters scientifically arranged and energised by constant repetition wherein this divine Nada (sound) has been made fully conscious. It is a sound-symbol. Name is thus collection of sound-symbols representing peculiar sound-formula, that has been intuitively perceived by sages of realisation in practice in the depths of their spiritual meditation. These symbols were handed down through the technique of initiation (Mantra Upadesha) to qualified recipients who, in their turn, with their purified will, firm faith and determination relived that experience which their Sage-Guru had lived. They in their own lives experienced the consciousness springing forth in all its splendour in and through the Mantra and ultimately this consciousness so pervaded them that they became one with that consciousness.

अज्ञानादथवा ज्ञानादुत्तमश्लोकनाम यत्।

सकीर्तितमर्घ पुंसो दहेदेधो यथानलः ।।

As fire burns up a heap of fuel, the name of the Lord of holy fame, chanted whether with knowledge of its greatness or without it, destroys the sins of man.

-Srimad Bhagavata 6.2.18

The spiritual science of the Self, conceives of the element sound or Nada as the nearest approach to Bralunan, as the first emanation or the first perceptible manifestation of the Supreme Being which is indescribable and beyond the perception of any sensuous or supersensuous instrument (Yato Vacho Nivartante Aprapya Manasa Saha). Name is a means of directly approaching this Transcendent Reality through this First Manifestation of it, viz. the Nada Brahman. They conceive of the primal sound as almost equal to Brahman Himself. Name derives its power from the element of sound that forms it.

During ancient times, the general mode of life was such that men had the leisure, ability and sufficiently long span of life to persist tenaciously in the practice of Mantra Sadhana, adhering strictly to all the rules of Achara (conduct) and Niyama (observances) laid down in the scriptures. But in this Kali Yuga (Iron Age) the entire picture has changed. Man is short-lived. He is weak-willed. His physical capacities are very limited and low, compared to his ancient forebears of bygone ages. He is abjectly dependent upon food for sustenance of his life. For this food, man has to toil day and night in the world constantly afflicted with famine, drought, flood, pestilence and shortage. Where is leisure? Where is capacity? Being a slave to his mind and senses, man is helplessly whirled hither and thither amidst the deceptive, yet alluring, sense-objects of this physical world.

The wise and compassionate sages of yore, who were Trikala Jnanis and had knowledge of the past, present and the future as well, perceived this state of things that was to prevail with the advent of the Iron Age. They were moved by compassion.

न हाच्युतं प्रीणयतो बह्वायासोऽसुरात्मजाः ।
आत्मत्वात्सर्वभूतानां सिद्धत्वादिह सर्वतः ।।

It is not at all difficult to please Achyuta. For, He is the innermost spirit in all, and can be communed with anywhere.

-Srimad Bhagavata 7.6.19

How very wonderfully suited it is for this age can be realised when we just for a moment think that the condition these facts about the Maha Mantra were specially given by Lord Brahma, the Divine Creator to Sag Narada when the latter put this very particular and pointed question, "O Lord! In the Kali Yuga, people are destitute of religious sense, they are destitute of capacity for Yoga, of all Adhikaritva (qualifications); they are completely shorn of good points; they are full of Doshas (impurities); they are not capable of following any system of Achara or ritual this condition when the whole of the humanity is in such a fallen state, what is the way of attaining Gol consciousness? What is the way of freeing the Jiva from the thraldom of birth and death? How to get out of this wheel of sufferings?" To this very pointed and pertinent question, the reply came from LLord Brahma. "This is way. Chant the Mahamantra. Constantly be immersed in the chant of this great Mantra. No regulations are there for it, no qualifications are there and it may

be chanted by all. It is a Mantra that will raise one to the highest state of Gol consciousness or Samadhi which any other Yoga Marga will enable man to attain."

अवशेनापि यन्नाम्नि कीर्तिते सर्वपातकैः ।

पुमान् विमुच्यते सद्यः सिंहत्रस्तैमृगैरिव ।।

By repeating Lord's Name even unconsciously, a person is instantly freed from all sins which run away like animals frightened by a lion.

-Vishnupurana

The approach to the Mantra is made in two fundamental ways. In both the ways, the element of faith is there. But the difference is this. One is a purely esoteric approach where the Sadhaka who obtains the Mantra knows that this is a mysterious divine formula which if repeated, will ultimately lead to divine consciousness; and knowing this he brings to bear his strong determination and will-power upon the Mantra and with firm resolution, he takes himself to this Sadhana. There is an element of 'willing' in this. Ultimately, as a result of his will-power, and constant and unbroken repetition of the Mantra, he attains realisation. Sages like Vidyaranya and Samartha Ramdas attained Mantra Siddhi (perfection in Mantra) in this way.

The second approach has got in it an element of pure faith and devotion. Here it is the Bhava (attitude) that predominates. The Sadhaka does not depend so much upon the science and the exact technique of the Mantra-Siddhi, but it is almost the claiming nature of his Bhava (attitude) that quickly makes the Mantra spring into full consciousness. The Bhakta here does not depend so much upon his willpower but upon his heart's feelings, upon the intensity of his feeling and

Prema (devotion). He has so much love for the Lord that he says, "That mere utterance of the Lord's Sweet Name will at once consume all my sins and bring me to the highest realisation in a moment." This is the sort of faith which most of the later poet-saints of India had.

The story is related as to how a man suffering from an incurable disease wanted to approach Saint Kabir (people believed that his mere wish or prayer would be fulfilled) to be cured of his affliction. Kabir was absent; but his son Kamaldas was there. Kamaldas was no whit less than his father in high attainments in spirituality. When the afflicted man approached him, Kamal said, "Repeat the Name of Rama thrice; you will be cured." The man faithfully did so and at once a miracle of healing takes place. The man departed in joy. When Kabir returned, Kamaldas narrated to his father this wondrous manifestation of the power of the Divine Name. Kabir was very angry. He took the boy to task, "You are not fit to be called my son, for you are of little faith. When a single utterance of the Lord's Name would have been quite sufficient to cure the man of his disease, where was the necessity for asking him to repeat it thrice?" This is just to give us an idea of what was the intense faith and Bhava (feeling) with which the Bhakta approached the Divine Name.

वासुदेवे भगवति भक्तियोगः प्रयोजितः ।

जनवत्याशु वैराग्यं ज्ञानं यद्ब्रह्मदर्शनम् ।।

Practice of devotion to Vasudeva generates the spirit of renunciation very soon and also knowledge and experience of Brahman.

-Srimad Bhagavata 3.32.23

The importance and glory of this Mahamantra to us dwellers in the modern age, lies in the fact that with merciful consideration for the state of mankind in this age, the practice of this Mantra has been totally freed from all rules, regulations, restrictions and such observances that are applicable to all the other Mantras or sacred chants This Mahamantra or the great chant is a universal Mantra that anyone can practise in any condition he may be and in any wa he likes. The Mahamantra triumphantly declares, as it were, " man, arise. Why dost thou despair? Nothing is lost as long as I am here. There is always hope for thee. I shall bestow upon thee success, prosperity, joy, eternal freedom and bliss."

What does this unique nature of the Mahamantra mean to us? It means that here is a Mantra, which is the friend of all alike, which is the saviour of all alike, which may be chanted by man or woman, by the old or the young, by the high or the low, without any restriction of sex, age, caste, creed, colour or nationality. The Mahamantra may be repeated at any time, night or day, morning or evening, twilight or noon. You can practise it and repeat it whatever you are doing. On all alike and at all times, the Mahamantra will shower its blessings and bestow peace and happiness. Therefore, repeat this great Divine Mantra of sixteen Names right from today. Repeat it regularly. Repeat it with full faith and devotion. Simply chant it or sing it melodiously, whichever way you prefer.

With folded hands, I pray you all to daily chant the blessed Mahamantra without fail. All auspiciousness, prosperity as in every walk of life will be yours. You will obtain wisdom, power, peace, plenty of joy and freedom!

म्रियमाणो हरेर्नाम गृणन् पुत्रोपचारितम् ।

अजामिलोऽप्यगाद्धाम किं पुनः श्रद्धया गृणन् ।।

Though Ajamila had called the name of Hari at the time of death, intending to summon his son Narayana, still he attained the Realm of Mahavishnu, because he uttered the sacred name of the Lord-Narayana. It is then needless to describe the glorious result of uttering the name of Hari with faith and devotion.

----Srimad Bhagavata 6.2.49

यथागदं वीर्यतममुपयुक्तं यद्दृच्छया।

अजानतोऽप्यात्मगुणं कुर्यान्मन्त्रोऽप्युदाहृतः ।।

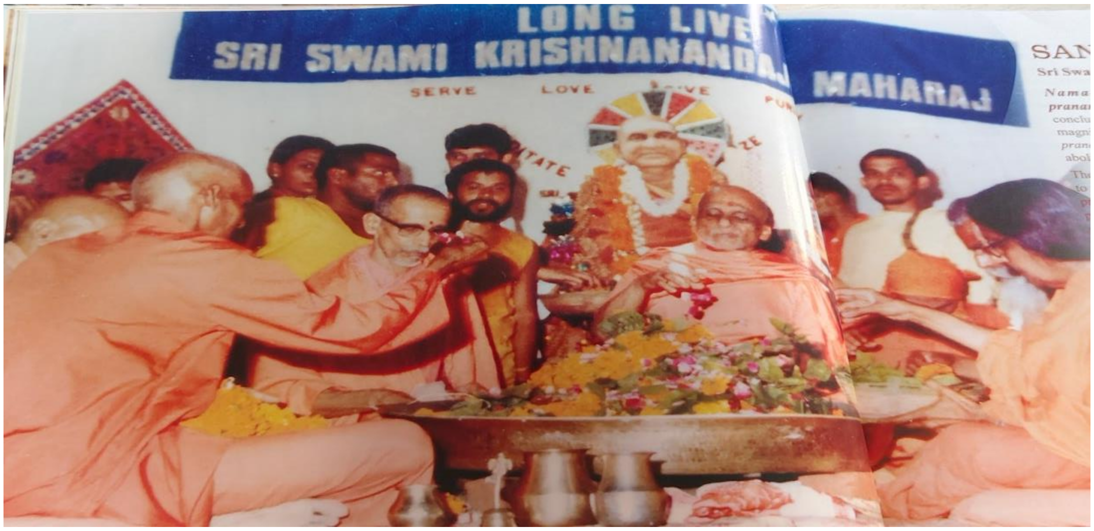
A powerful medicine taken in even casually benefits a man, though he may be unaware of its potency. The same is the case with a Mantra, the Lord's name.

----Srimad Bhagavata 6.2.19

ॐ श्री शिवानन्दाय सद्गुरवे नमः
HOLY SAMADHI SHRINE श्री गुरु-मन्दिर
24

SANKIRTAN YOGA

Sri Swami Krishnananda



Nama-sankirtanam yasya, sarva-papa pranashanam, pranamo duhkha-shamanah, tam namami harim param. Thus concludes the Srimad Bhagavata Maha-Purana. The great glory of God is in His magnificent Name. It is considered as the destroyer of all sins sarva-papa pranashanam and a single obeisance to Hari is duhkha-shamanah, the abolisher of all sorrows.

The human mind is apparently heir to every kind of difficulty and from problem to problem one takes one's steps, as it were, due to the forgetfulness of a great protecting power, the invisible, all-compassionate, Divine Succour, which is perennially awake, ever vigilant, and is never asleep. The world has protective powers which are ever awake, even as the powers that maintain the health of our body are never asleep. There is a perpetual guarding of our body

even when we are fast asleep. There are unknown guardians of our physical personality. We are totally unaware of all things, and are helpless in the condition of deep sleep. We have no security whatsoever, and even in that totally helpless condition, when we are not even conscious that we are existing, we are guarded by invisible powers.

The Pranas, which are stationed in this body as sentinels by the Almighty, take care that the body does not deteriorate. The body is not only protected from decomposition and decay, it is at the same time positively replenished. We wake up from sleep not merely as secure individuals, protected by our guardian angels, but also with a freshness and a new enthusing spirit, due to the ambrosial dish that was served to us in that condition of oblivion, practically. This is a great wonder indeed, that people there are who feed us even when we are unconscious, and feed us with such food that it cannot be compared with any other delicacy in the world. The food that is dished out to us in the state of deep sleep, by the consuming of which we wake up with tremendous satisfaction, is incomparable indeed. No known diet of the world can give us that energy. We had no mouth to eat and our eyes were not visualising anything; our hands were not grasping foodstuffs.

The body was not physiologically functioning in terms of consumption and digestion of food. When we had no mouth to eat, how did we conceive of and consume that food which was adequate to make us feel healthier than we were earlier? Even a sick person feels a percentage of improvement the next morning because of what we usually call restfulness. But 'rest' is an enigmatic word. Its meaning is not always very clear to us. When we are perfectly relaxed we are open to the inflow and action of divine power, and this happens because it is only in this condition, when we are under compulsive relaxation, that we close all the avenues of obstruction to the entry of these forces.

The human ego is a repulsive element. The meaning of the word 'ego' is a centre of repulsion and self-affirmation. Its characteristic is simple. It vehemently asserts the sole importance of its described and circumscribed existence, and shuts off communication with anything else in the world. We maintain a self-completeness of our personality.

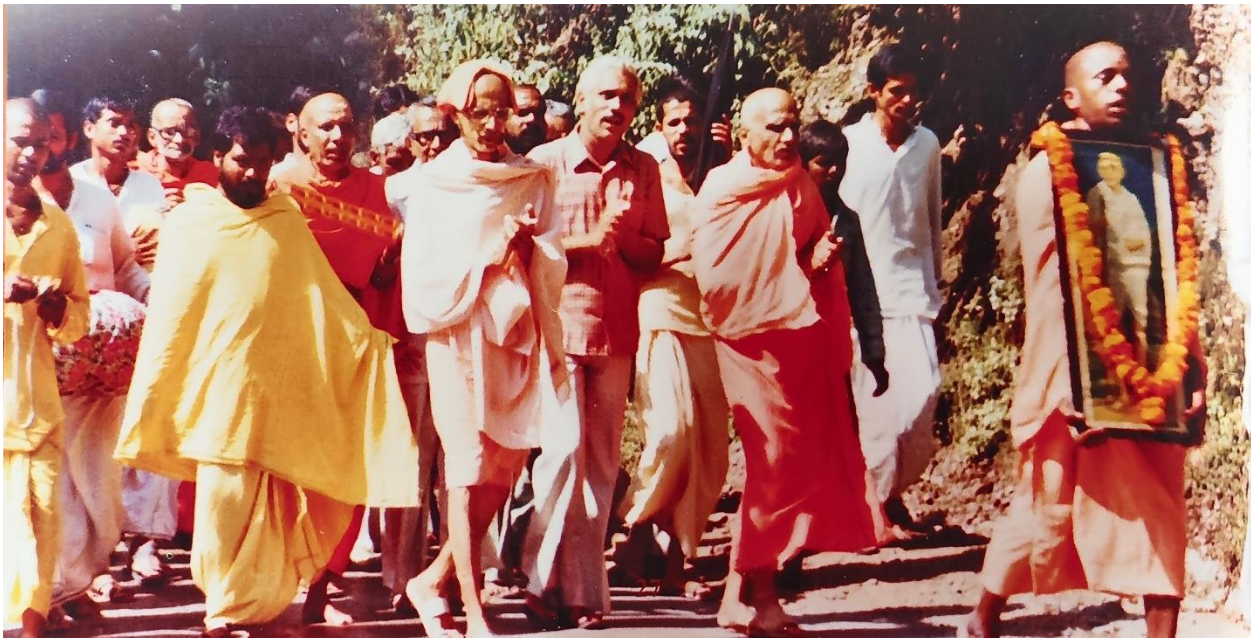
We never feel that we are moving into somebody else, that we have communication or contact with anything.

जन्मान्तरसहस्त्रेण तपोध्यानसमाधिना ।

नराणां क्षीणपापानां कृष्णे भक्तिः प्रजायते ।।

When men practise austerities, meditation and contemplation in thousands of births, all their sins melt away and devotion to Krishna springs up in their heart.

-Pandaw Gita



We are totally independent and one hundred percent isolated in ourselves; and the extent to which we feel locked up within our body will be enough characterisation of the strength and activity of the ego. The ego is not a person. It is not a visible stuff. It is not some solid substance that can be seen with even the subtlest of observational instruments. There is no thing called ego. It is only an attitude of consciousness, a vehement location of spirit, an adamant affirmation of its pinpointed existence and a total abrogation of contact with any other centre of that kind. This most unreasonable attitude, we may say, of this principal we call our consciousness, may be called the ego. It is very active in the waking state. Everybody knows that "I am", is a hard-boiled independence to such an extent that everything else appears to be an appendage or an accessory or a contrivance for the existence and manipulation of the personality. In the state of deep sleep, it temporarily gets dissolved, and so the repulsive or the repelling character of the ego subsides. Hence, communication with outer power becomes possible. WE are open to the entry of active energies in the world in the state of deep sleep, while we prevent the entry of them in the waking condition. The more we are body-conscious, the less is the chance of protective powers entering us. Therefore, a highly cantankerous, egoistic person cannot be regarded as a healthy person. It is a state of ill health.

The power of the Divine Name, to which I made reference, is only an insignia of these divine forces. All the gods in the heavens, the angels in paradise, are the dignitaries stationed in different positions by the power of God, which we invoke through the characterisation of it, and this characterisation of the glory and the function of God is called Nama Sankirtana - the chanting of the Divine Name, the recitation of the Name of God. It is a silent, submissive adoration which we offer to the all-pervanding Almighty by implanting in our own personalities such qualities as are compatible with God's divinity. This is why saints have said, many a time, that only a purified mind can take the name of God. It is so because the impure mind is nothing but the egoistic mind and, as mentioned, the ego repels entry everything other than its own self. Hence, a mechanical and routine chanting of a formula, a mantra or a name, with the

adamantine ego functioning at the same time as the greatest of impurities conceivable, would be in the holy Ganga. Even if it is inside the Ganga, the water will not enter it because it is granite, Such flint-like substance is this ego, though it is really not a physical substance. It is a conceptual centralisation of ourselves in a peculiar mode of the coming together of Desha, Kala and Vastu Sambandha i.e., space, time and causal relation. The ego is a hybrid. No one knows where from it has come and what it is made of. That is why it can best be described as merely a conceptual centralisation of consciousness, in a particular mode of affirmation, for a given purpose, at a given moment, under a given stage of evolution.

मर्योमृत्युव्यालभीतः पलायन् लोकान् सर्वान्निर्भयं नाध्यगच्छत् ।

त्वत्पादाब्जं प्राप्य यदृच्छयाद्य स्वस्थः शेते मृत्युरस्मादपैति ।।

Fearing the serpent of death man runs from sphere to sphere, but finds no haven of security anywhere. But O Primeval Being! At last by some good fortune he comes across Thy feet, and living there in absolute surrender, attains to peace; death thereupon withdraws from him.

-Srimad Bhagavata 10.3.27

This lone, unbefriended mysterious Being cannot tolerate any devotee of that Being getting stuck up with material possessions which are knots of illusion and, therefore, as you move in the direction of this lone non-possessive Eternity, you will also be stripped of all your possessions, one by one, until you lose even your shame. It may even come to that point, so that you are ground to powder and annihilated in toto, burnished in the fire of that ordeal which was the test which saints and sages passed through in many a way.

Therefore, the taking of God's Name is considered as a great Tapas by itself by the great masters. Singing the Name of God is not a mere humorous past-time. It is an intense austerity of the soul, self-purifying, self-abnegating and a great Yajna. Maha Sankirtan Yajna is the greatest Yajna in this Kali Yuga. Swami Sivanandaji Maharaj was a votary of Sankirtan. He was called 'Sankirtan Samrat Emperor of Sankirtan. Even till the last moment, he was fond of this great Sankirtan of the Maha Mantra "Hare Rama Hare Rama, Rama Rama Hare Hare; Hare Krishna Hare Krishna, Krishna Krishna Hare Hare!" Glory be to God, the Almighty. Glory be to His Name. Glory be to the great master Swami Sivanandaji Maharaj! Glory be to you all!

श्रृण्वतां गृणतां वीर्याण्युद्दामानि हरेर्मुहुः ।

यथा सुजातया भक्त्या शुद्ध्येन्नात्मा व्रतादिभिः ।।

No vow or austerity purifies the heart of man so effectively as devotion engendered easily by hearing and uttering the names of Sri Hari denoting His sanctifying deeds and excellences.

-Srimad Bhagavata 6.3.32

DIVINE NAMAPATHY

Sri Swami Sivananda

When allopathy, homeopathy, chromopathy, naturopathy, Ayurnedapathy and all other'pathies' fail to cure a disease the **'Divine Namapathy'** can save you. Name of the Lord is a sovereign specific, a sheet-anchor, an infallible panacea and a cure-all for all diseases. It is an ideal or supreme 'pick me up' in gloom and despair, in depression and sorrow, in the daily battle of life or the struggle for existence.

There is a mysterious power in the Name. There is an inscrutable Shakti in God's Name. All the divine potencies are hidden in Lord's Name. It is a cream or quintessence of Chyavanaprash, Makaradhvaja, almonds, Vasanta-kusumakar or Svarna Bhasma or gold oxide. It is a mysterious, ineffable divine injection '1910194.'

इदं शरीरं परिणामपेशलं पततत्यवश्यं श्लथसन्धि जर्जरम् ।

किमौषधैः क्लिश्यसि मूढ दुर्मते निरामयं कृष्णरसायनं पिब ।।

This body of changing beauty is sure to fail when it wears down and its joints can hold no more. Why do you, then, torment it with medicines, you dull blockhead? Drink instead the elixir of Krishna, which gives perfect health.

-Mukunda Mala-32

You can take this medicine of Nama-japa yourself for curing any disease. You can administer this marvellous medicine to other patients also in your house or elsewhere. Sit by the side of the patient and repeat the Name of the Lord, with sincere devotion and faith, like 'Hari Om' 'Sri

Ram,' 'Om Namah Sivaya'. Sing also His Names 'Hare Rama Hare Rama, Rama Rama Hare Hare, Hare Krishna Hare Krishna, Krishna Krishna Hare Hare. Pray for His mercy and grace. All maladies and agonies will come to an end. Do the treatment of Nama-japa for at least 2 hours in the morning and evening. You will find the miraculous effect within a short time. Both the doctor and the patient should have perfect faith in Lord's Name, His mercy and grace. The real doctor is only Lord Narayana.

Lord Dhanvantari, the physician of the three worlds (who expounded the Ayurvedic Medical Science) has himself declared, "By the medicine of the repetition of Achyuta, Ananta, Govinda, all diseases are cured, this is my definite and honest declaration." In all treatments, Lord Narayana is the real doctor. You find that even the world's best doctors fail to cure a dying king. You might have also heard of many instances where patients ailing from the worst type of diseases are cured miraculously where even the ablest doctors have declared the case hopeless. This itself is clear proof that there is the Divine Hand behind all cures.

The Divine Name will eradicate the disease of birth and death and bestow on you Liberation or Immortality.

The son of a landlord in Meerut was seriously ailing. Doctors pronounced the case to be absolutely hopeless. Bhaktas took the case in their hands. They did continuous Kirtan day and night for seven days around the bed of the patient. The patient stood up and began to sing God's Name on the seventh day. He recovered completely. Such is the miraculous power of Sankirtan.

देव देव जगन्नाथ पुण्यश्रवणकीर्तन।

यदूत्तमोत्तमयलोक नारायण नमोऽस्तु ते ।।

O Thou the Supreme Lord! Salutations! O Thou the master of the worlds! O Thou whose grace is showered on those who sing or listen to Thy excellences ! Salutations! O thou the famous for holiness! Salutations! O Thou Narayana! Salutations!

-Srimad Bhagavata 10.41.16

THE GLORY OF THE DIVINE NAME

Sri Swami Chidananda

You do not have to fatigue or severely exert yourself: easily and simply the Lo comes to you and reveals Himself right where you are as the Divine Name!

Gurudev used to emphasise this great truth, that in this Age of Kali-Yuga, when the span of man's life is very short and he has many obstacles, it is very difficult to practice severe austerities and stick to extreme disciplines which once upon a time the great stalwarts of spiritual life were able to practice, this enabled them to rise above body. consciousness and come face-to-face with God. Given the limitations of this age and lacking in will power and suitable environment, Sadhana in the same pattern becomes difficult if not impossible. So the Dharma-11 spiritual Law for this present period is devotion.

Sing the glories of God, chant the Name Divine! It is a complete Sadhana. It burns off all impurities and sins, turns the mind towards God, subdues the senses and brings about one-pointed concentration. Ultimately this chanting, done with persistence and perseverance, has the power to raise the mind into a fine state of absolute stillness and meditation. Therefore, they call the practice of the Divine Name Sampoorna-Yoga or Complete Yoga.

नामोच्चारणमाहात्म्यं हरेः पश्यत पुत्रकाः।

अजामिलोऽपि येनैव मृत्युपाशादमुच्यत ।।

O dear ones! See the greatness and power of the utterance of the Lord's Name. By that alone, Ajamila, the sin ned release from the noose of death.

-Srimad Bhagavata 6.3.23

If you observe the spiritual history of India over the past three or four centuries, you will find that all great masters who brought the message of God-realisation taught the supremacy of the Name of God for the people of this Age The saints of Northern and Southern India, especially those of Bengal, Punjab, Madras and Maharashtra have all emphasised upon the practice of the Divine Name, the Yoga of Japa and Sankirtan. That trend persists to this day.

A saint in Karnataka has sung:

"When you have got a human birth and when you have this tongue, then why don't you take the name of God, why don't you take the name of God? It does not require any special equipment. You have got a tongue with which you can articulate. Why don't you take the name of Krishna and attain the highest blessedness?"

A Sanskrit verse says:

"What a great wonder! In this human world, there is the name "Narayana', and side-by-side there is a tongue which is under your control. Whatever you want it to utter it utters, whatever you want it to say it says. Yet people go to hell in the presence of these two things- a tongue which utters just what you want it to utter and a Name which can give you the highest liberation. Instead of going to a state of liberation and divine experience, we see human beings going to perdition. It is beyond us to understand how this can be! What an amazement, what a great mystery!" the poet exclaims.

In the 10th chapter of the Gita, the Lord identifies Himself with certain categories in this world. Lord Krishna says: 'Amongst Yajnas I am Japa' (Yajnanam japayajno'smi). The Gita was given on the eve of the commencement of Kali-Yuga, and as though in anticipation of the conditions upon earth in this particular Age, the Lord declares, "I am Japa amongst the Yajnas. I am closest to that self who offers the repetition of the Name. If that is done, everything is done."

श्रीमन्नाम प्रोच्य नारायणाख्यं के न प्रापुर्वाञ्छितं पापिनोऽपि ।

हा नः पूर्वं वाक्प्रवृत्ता न तस्मिन् तेन प्राप्तं गर्भवासादिदुःखम् ।।

Who have not attained the desired ends - even if they had been habitual sinners - by loudly repeating the hallowed name of God Narayana! Alas, our faculty of speech was not so employed earlier, hence our misery in the form of birth and its sequelae.

-Srimad Bhagavata 10.41.16

The Srimad Bhagavatam says in beautiful verses:

"In this Iron Age, the age of materialism and atheism, the age of ungodliness, where man is self-opinionated, where righteousness is in the ebb and unrighteousness is rearing its head everywhere, where men are money-mad, an pleasure of the senses is the sole goal of all the four castes, where to be truthful is considered to be a folly and weakness in such an Age there is one way to transcend these impurities and attain to a state of liberation - that the Name of God. The Name of God is the one way out. Verily, there is no other way out except the Name Diving The Name of God is not different from God, It is the same as God!

This is the Sadhana which can be continuously done in all conditions of time or place, environment or situation. For ultimately what is all Sadhana, what is all spiritual life? It is that the mind should be constantly dwelling on the Lord. You should live, move and have your being in Him and not forget Him even for a single moment. All Sadhanas, all hearing, reflection, meditation, prayer, remembrance, worship... everything is ultimately directed to bring about this one condition-total saturation with God-thought. Through repetition of the Name, fill yourself with God-thought

म्बुजाक्षाखिलसत्त्वधाम्नि समाधिनाऽऽवेशितचेतसेके।

त्वत्पादपोतेन महत्कृतेन कुर्वन्ति गोवत्सपदं भवाब्धिम् ।।

O Lotus-eyed one! Those who have made their mind one-pointed in Thee, cross the ocean of Samsara with the utmost case-as if it were a mere puddle made by the hoof of a calf making Thy feet the boat following the example of great men.

-Srimad Bhagavata 10.2.30

If the connection is taken from here and plugged in there, then the transformation comes about. The selfsame faculties which were fetters and tied you to this earth life if the selfsame faculties are detached from here and attached there, to the Eternal, then they become your liberators. The Divine Name enables you to do this in a complete manner. All your faculties are drawn inwards and directed towards the Divine through the practice of the Name. The heart of all spiritual life and practice is the flowing towards the Divine, the absorption in the Divine. The direction of your heart decides whether you will reap joy and peace or whether you will reap tears and misery. 'Ananya Bhakti' is to give your entire heart to Him, not to anything else. Only love for God, seeing God in all that is the secret of success in spiritual practice.

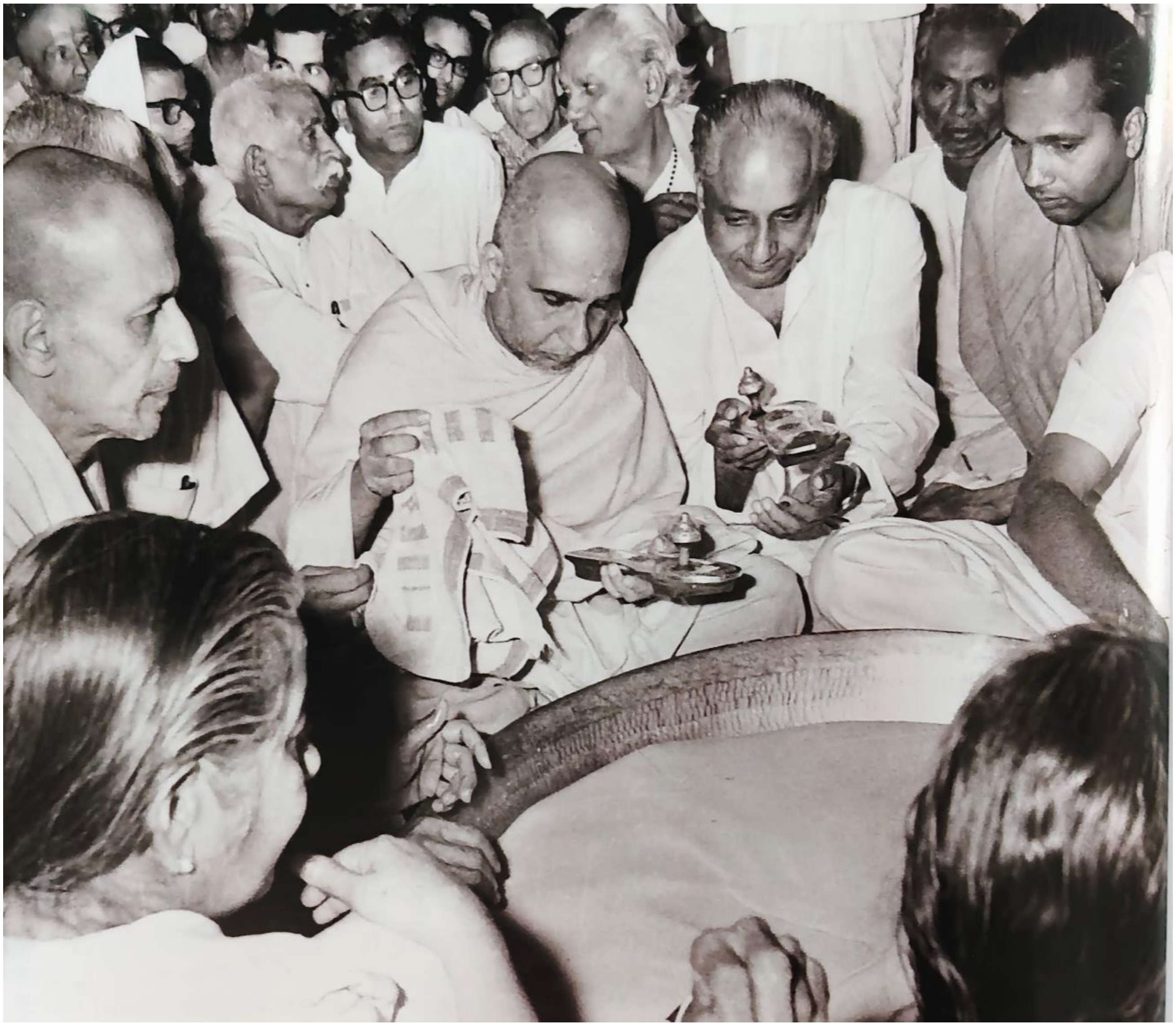
This saturation of the entire being with the thoughts of God is the essence of spiritual life. The practice of the Divine Name enables you to do it more than any other Sadhana. Remember Him in your mind and have the name of the Lord constantly upon your tongue. This tongue has been given to you to utter the name of God. Its primary function is the utterance of the Name of God, all other functions are secondary Constant repetition of the Divine Name is the glory of God!

Hari Om Tat Sat!

मनसो वृत्तयो नः स्युः कृष्णपादाम्बुजाश्रयाः ।
वाचोऽभिधायिनीर्नाम्नां कायस्तत्प्रह्वणादिषु ।।

May all the movements of our minds be centred on Krishna! May our speech be devoted to the repetition of His names! May our bodies and their actions be ever dedicated to Him!

- Srimad Bhagavata 10.47.66



THE SIGNIFICANCE OF MANTRA-JAPA SADHANA

Sri Swami Krishnananda

Many of you, as spiritual seekers, would be practicing Japa Sadhana. When you were initiated, you would have been told that you should do Japa, chanting of the Divine Name. Tat japah tadarthabhavanah: The recitation, chanting or Japa of the mantra is to be accompanied by a contemplation on its importance or meaning. As a matter of fact, Japa, according to Patanjali, is not merely a mechanical chanting of the Name, although chanting is also Japa, but it is Tadartha Bhavana, or the contemplation on the meaning of the mantra. To give an instance, "Om Namo Bhagavato Vasudevaya" is a mantra. Chanting this is Japa, Japa can be of two kinds: external verbal Japa, as well as internal Manasika Japa, or mental Japa, Japa is the repetition of a mantra, which is a mysterious group of letters or phrases so connected with one another that when the mantra is chanted, a peculiar sensation or vibration is generated in the entire system. That is the difference between ordinary words, sentences or groups of phrases and a mantra. A mantra is the result of a vision of a seer, and it is the concrete manifestation of the deity, or Devata, through the world of language, which is made to manifest in the mantra. When you chant a mantra correctly and systematically with proper intonation, there is immediately set up a vibration in the nervous system in such a manner that a harmony is established in the whole world. Different mantras produce different vibrations and they invoke different Devatas.

"Om Namo Bhagavate Vasudevaya" is a mantra of Bhagavan Sri Krishna. It means literally: Prostration to Bhagavan Vasudeva. Surrender to Sri Vasudeva is implied therein. Now, the prostration, salutation, is an external symbol of the internal union. When we do Namaskara to a deity in the temple, to a friend or to any person, we join both the palms and bend ourselves low. This Namaskara and the joining of the palms are indicative of the feeling of union of oneself with the other. "I and you are one that is prostration, that is Namaskara. "Bhagavan Vasudeva, I am one with you" is a spirit of surrender, and here begins meditation on Bhagavan Vasudeva. When this mantra is chanted, you have also created the requisite atmosphere in the mind for contemplation on Bhagavan Vasudeva, to begin meditation and to feel His presence. This rule applies to all other mantras, also.

जिल्हे कीर्तय केशवं मुररिपुं चेतो भज श्रीधरं पाणिद्वन्द्व समर्चयाच्युतकथाश्श्रोत्रढ्य त्वं श्रृणु ।
कृष्णं लोकय लोचनद्वय हरेर्गच्छांघ्रियुग्मालयं जिघ्र प्राण मुकुन्दपादतुलसीं मूर्धन् नमाधोक्षजम् ।।

Tongue, praise Keshava! Mind, worship Murari! Hands, attend to Sridhara! Ears, listen to the stories of Achyuta! Behold Krishna, eyes! Feet, go to the abode of Hari! Nose, smell the Tulasi leaves offered to the feet of Mukunda! Head, bow down to Adhokshaja.

-Mukunda Mala-17

हरिहरति पापानि दुष्टचित्तैरपि स्मृतः ।
अनिच्छयापि संस्पृष्टो दहत्येव हि पावकः ।।

Hari destroys sins when meditated on even by the evil-minded; fire, touched even unawares, surely burns.

-Brihadnaradiya Purana

Most of you will have a practical difficulty when the mantra is chanted and meditation begins. The mind ordinarily gets confused as to how to start, what to begin with, what to think, what to feel, etc. When you chant a mantra, you may think of the letters of the mantra. Perhaps you may also feel that the meaning of the mantra is: prostration to Bhagavan. But how are you to proceed further? Mentally, feel that the Lord is seated or standing in front of you, and slowly, after an adequate length of time or period, you will begin to feel His omnipresence in front of you, to the right and to the left, above and below, and so on.

The thought of God is like a fire which will burn up all desires. The highest knowledge is nothing but the deep feeling of the presence of God everywhere. That is the highest wisdom, and that will give a deathblow to the desires of the world. The desire for God is a desire to destroy all desires. It is not a desire in the ordinary sense of the term. As a single matchstick can reduce to ashes a huge mountain of straw, so too a single thought of the omnipresence of God, the immanence of God and the omnipotence of God is enough to burn up all desires pertaining to this world, because God is the fulfillment of your aspirations and when you feel His presence, there need be no other desire. When you have the ocean you do not want a drop, for the drops are in the ocean. A single moment of honest, genuine deep thought of God is greater than the performance of several Ashvamedha sacrifices, Agnihotras, Rajasuyas and so on. It is the highest sacrifice, the highest Yajna, and the greatest truth. All Sadhanas lead to this goal of meditation, and this spiritual consciousness, which is the center and the path of all meditation, should animate all your activities in life. In one sense, you should be in a meditative mood always. I think this is what Bhagavan Sri Krishna means in the gospel of the Bhagavadgita.

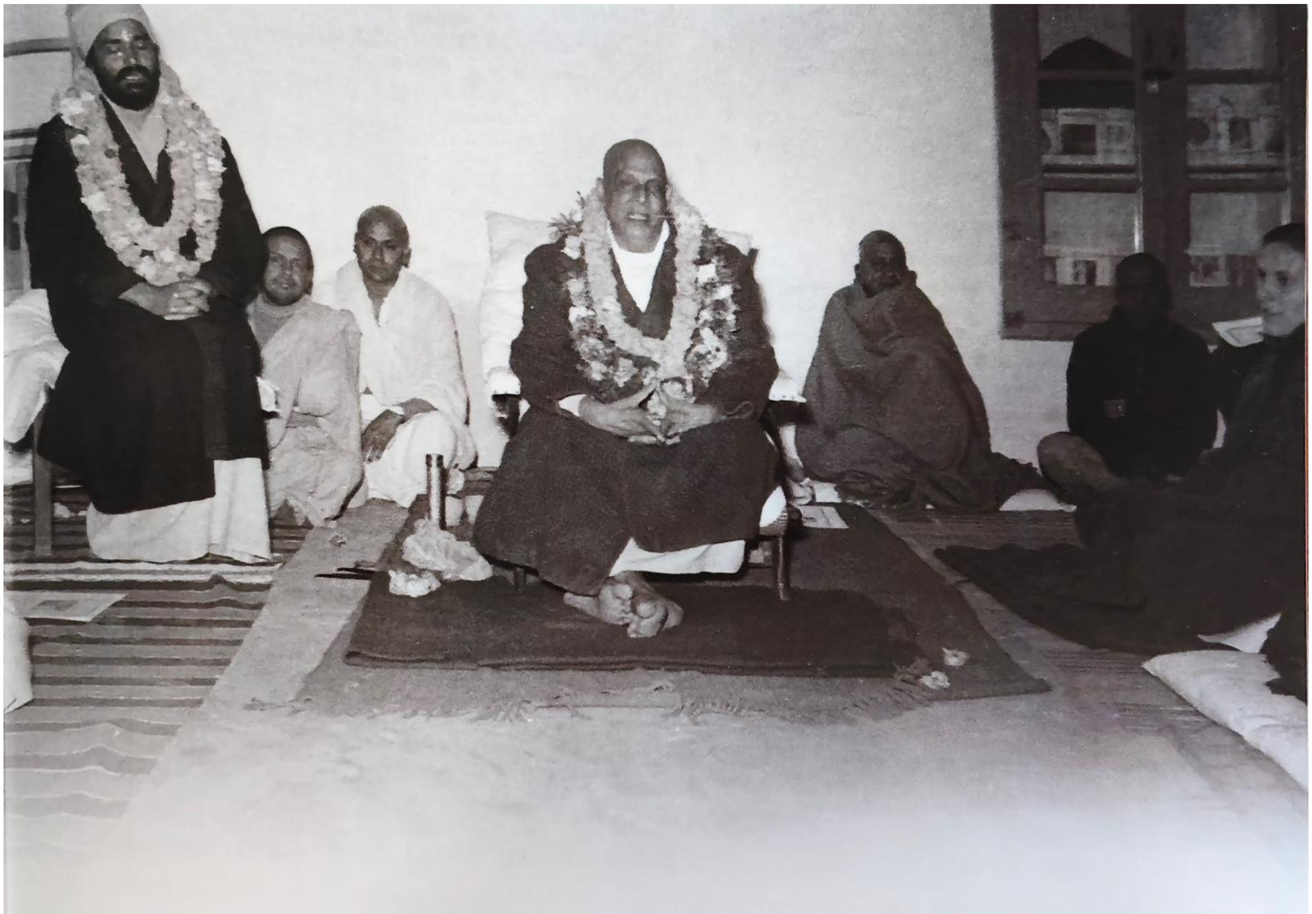
Though life appears to be very complicated, it would become very simple, a joyous process when you practise Japa Sadhana. The more you practise, the greater the strength it will give you. Yesterday's practise will give you additional strength to practise today, and today's practise will give you strength tomorrow. Every day you will become stronger and stronger by profounder thoughts of God and deeper contemplation on Him. There is no loss of merit in the practice, says the Bhagavadgita. Even a little that you have done is great indeed, and it is a wonderful asset which will help you in the future. May the Almighty Lord give you strength to do more and more Japa Sadhana.

एतावानेव लोकेऽस्मिन् पुंसः स्वार्थः परः स्मृतः ।

एकान्तभक्तिर्गोविन्दे यत्सर्वत्र तदीक्षणम् ।।

The supreme object of human life consists in cultivating exclusive and one-pointed devotion to Sri Hari and saluting His presence in all objects

-Srimad Bhagavata 7.7.55



REALISATION THROUGH MUSIC

Sri Swami Sivananda

Sri Thyagaraja Swami is called Nada Brahma Swami. He is the greatest songster-saint which the world has ever produced.

He was born in South India in Tanjore District, in a poor Brahmin family. He had direct Darshan of Lord Rama. A great music festival is conducted every year in Tiruvayur six or seven miles from Tanjore, on the banks of Cauvery. All the greatest musicians of India go there and pay their homage to this great saint.

Several thousands of songs he has sung-all spontaneous outpourings from the heart. They were not the result of exertion or effort. Once a Raja asked him to praise him and offered to give him a great donation including pearls. He totally refused. He said, "My tongue cannot praise human beings. It can praise only Lord Rama." It is said that Lord Rama Himself carried his palanquin and brought water for his ablution. Such was the greatness of the saint Thyagaraja. He was full of love and devotion to the Lord and he had direct Darshan of the Lord and had also Cosmic Consciousness.

वाणी गुणानुकथने श्रवणी कथायां हस्ती च कर्मसु मनस्तव पादयोर्नः ।
स्मृत्यां शिरस्तव निवासजगत्प्रणामे दृष्टिः सतां दर्शनेऽस्तु भवत्तनूनाम् ।।

May our words be devoted to the narration of Thy excellences. May ours ears be always hearing the accounts of Thy deeds. May our hands be engaged in Thy works. May our minds ever rest in constant remembrance of Thy feet. May our heads always remain bowed before

Thy abode, the whole universe. And may our eyes be engaged in seeing Thy devotees who are really Thy embodiments.

-Srimad Bhagavata 10.10.38

We too can attain Lord's Darshan through singing Kirtan and songs. There are various ways to God-realisation Bhakti Yoga, Raja Yoga, and other Yogas. But the easiest, cheapest, quickest, safest and surest way to attain God-realisation is Sankirtan Yoga. Just as a deer is entrapped by music, so also the mind which is also as restless and wandering as the deer, is steadied by the music and made to dissolve in Brahman. By the singing of Kirtans and songs in praise of the Lord, the mind melts and becomes one with the Lord. Therefore, let us also pray to the Lord, sing His Kirtans and attain God-realisation this very second.

God-realisation is not difficult. It is easy for those who are engaged in uttering His Name, singing His praise and meditation on His feet, and who have surrendered themselves to the Lord.

The path of devotion is the easiest and the surest of all the ways for attaining emancipation. The science of music goes hand in hand with Bhakti Yoga. Sangeeta is the fountain-source of all our being. It has an emotional appeal to the inner aspiration of humanity.

Even inanimate objects are moved by the music. There is music of the planets. All arts aspire towards the condition of music. Through music, the soul learns harmony and rhythm and an even disposition to justice. Rhythm and harmony find their way into the secret notches of the soul and keep it entirely oblivious of the outside world, in sublime peace.

गोविन्देति सदा स्नानं गोविन्देति सदा जपः ।

गोविन्देति सदा ध्यानं सदा गोविन्दकीर्तनम् ।।

One should chant 'Govinda' 'Govinda' while taking a bath, always recite mentally 'Govinda' 'Govinda', meditate always on Govinda and always chant loudly 'Govinda' 'Govinda' 'Govinda.'

-Pandava Gita-48

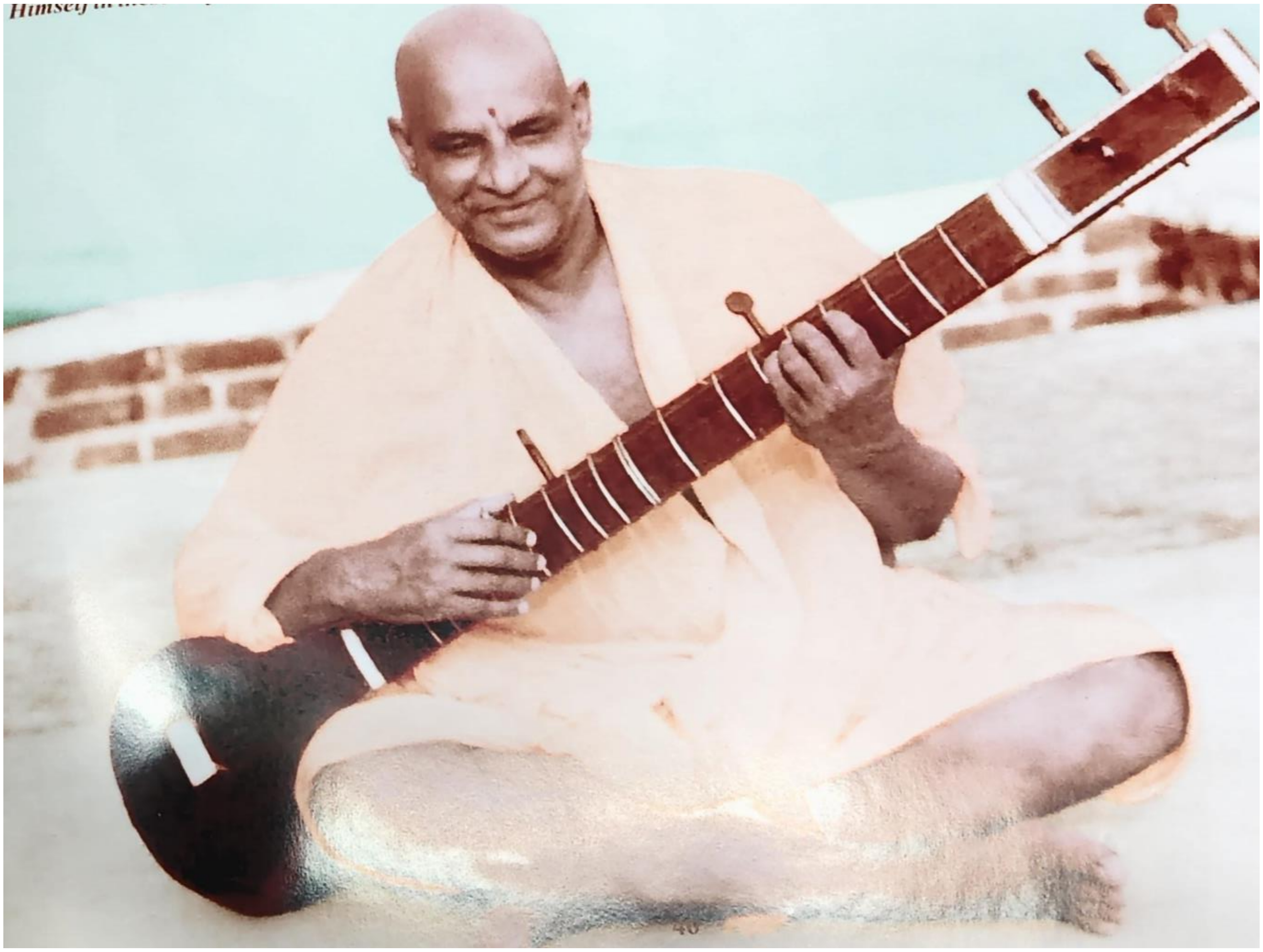
A devotee sings Bhajan and forgets everything and submerges himself in Srutilaya. When a sincere devotee sings, there is the harmonious blending of Rasa, Bhava, and Rachana in his songs, as form, colour and fragrance in the rose, Nritya that accompanies a Kirtan is an inseparable, sacred movement of the various limbs of the body in accordance with the inner divine Bhav. Nritya is a divine science. Those who do Nritya should bring out the six Bhavas: Shrishti, Samhar, Vidya, Avidya, Gati and Agati. It is an external manifestation induced in Bhaktas by the thrill of ecstasy from within and helps the devotees in merging themselves in the Lord. Supreme joy and magnanimity of this sacred Nritya should only be understood by Rishis and devotees like Narada, Vyasa, Sukadev, Mira, Tukaram, Gauranga, Hafiz and others and not by the worldly-minded persons whose minds are saturated with passion. The Adi Gurus for this celestial Nritya were Lord Siva, Krishna and Mother Kali. Dancing that accompanies vulgar music and obscene songs with intoxicants is invariably the outcome of passion and base thoughts. It has a deep tinge of lust. Do you see clearly the difference now friends?

साधवो न्यासिनः शान्ता ब्रह्मिष्ठा लोकपावनाः ।

हरन्त्यधं तेऽङ्गसङ्गात्तेष्वास्ते ह्यघभिद्धरिः ।।

Men of renunciation, tranquil, immersed in Brahman and capable of purifying the whole world, will come to you under the guise of pilgrimage, and purify you of all sins. For, Sri Hari, the destroyer of all sins, clearly manifests Himself in these holy men.

-Srimad Bhagavata 9.9.6



GLORY OF GOD'S NAME

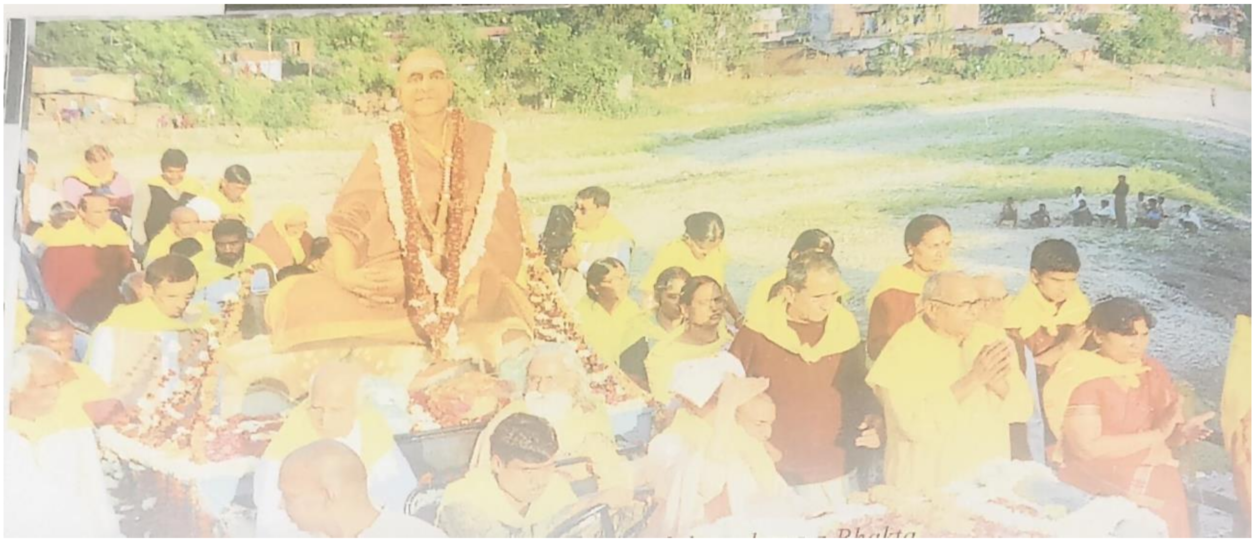
Sri Swami Sivananda

The Name is your sole refuge in Kaliyuga
The Name is your prop, shelter and abode.
The Name is your spiritual preceptor
The Name is your friend and companion
The bestower of eternal bliss is the Name
Naum and Naami are inseparable.
God and His Name are one.
Name is the supreme Divine Nectar.
Name is Chintamani or Kalpa-Vriksha.
It gives Siddhi, Bhakti and Mukti
It checks the mind-wandering
And unites the aspirant with the Supreme.

अच्युतः कल्पवृक्षोऽसायनन्तः कामधेनवः ।
चिन्तामणिस्तु गोविन्दो हरेर्नाम विचिन्तयेत् ।।

Achyuta is the wish-yielding Tree. Ananta is the Wish-yielding Cow. Govinda is the Wish-yielding Gem. Therefore, one should always allow his mind to dwell on the Name of Hari.

-Pandava Gita-50



Name is the rest jewel that adorns a Bhakta.

It takes the aspirant to the Immortal Abode

It kindles the inner spiritual flame.

It generates pure Divine Love.

It is the divine ladder that lifts you to the Lord.

It illumines the aspirants' path.

It eradicates fear, sorrow and pain.

It washes the impurities of the mind.

कृष्णेति मङ्गलं नाम यस्य वाचा प्रवर्तते।

भस्मीभवन्ति तस्याशु महापातककोटयः ।।

As soon as one begins to recite the auspicious Name, 'Krishna', crores of his heinous sins turn into ashes.
(i.e. they are wiped out)

Roll the beads with the Name.

Repeat the Name with no break

Associate the Name with the breath,

And sing the Name with joy

Om Namo Narayanaya, Om Namah Sivaya are the Names,

Sita Ram, Radheshyam, OM, are also the Names.

Select any Name you like best,

And repeat it with Bhava, faith and Prem.

Mira attained Krishna through the Name,

Tuka saw Vitthal through the Name,

Prahlada made Narasimha incarnate through Name.

दैतेया यक्षरक्षांसि स्त्रियः गदा व्रजौकसः ।

खक्षा मृगाः पापजीवाः सन्ति ह्यचयुततां गताः ।।

AsurasYakshas, disembodied spirits (Rakshasas), women, Sudras, Gopas, birds, animals and sinful men have all attained Him through devotion.

-Srimad Bhagavata 7.7.54

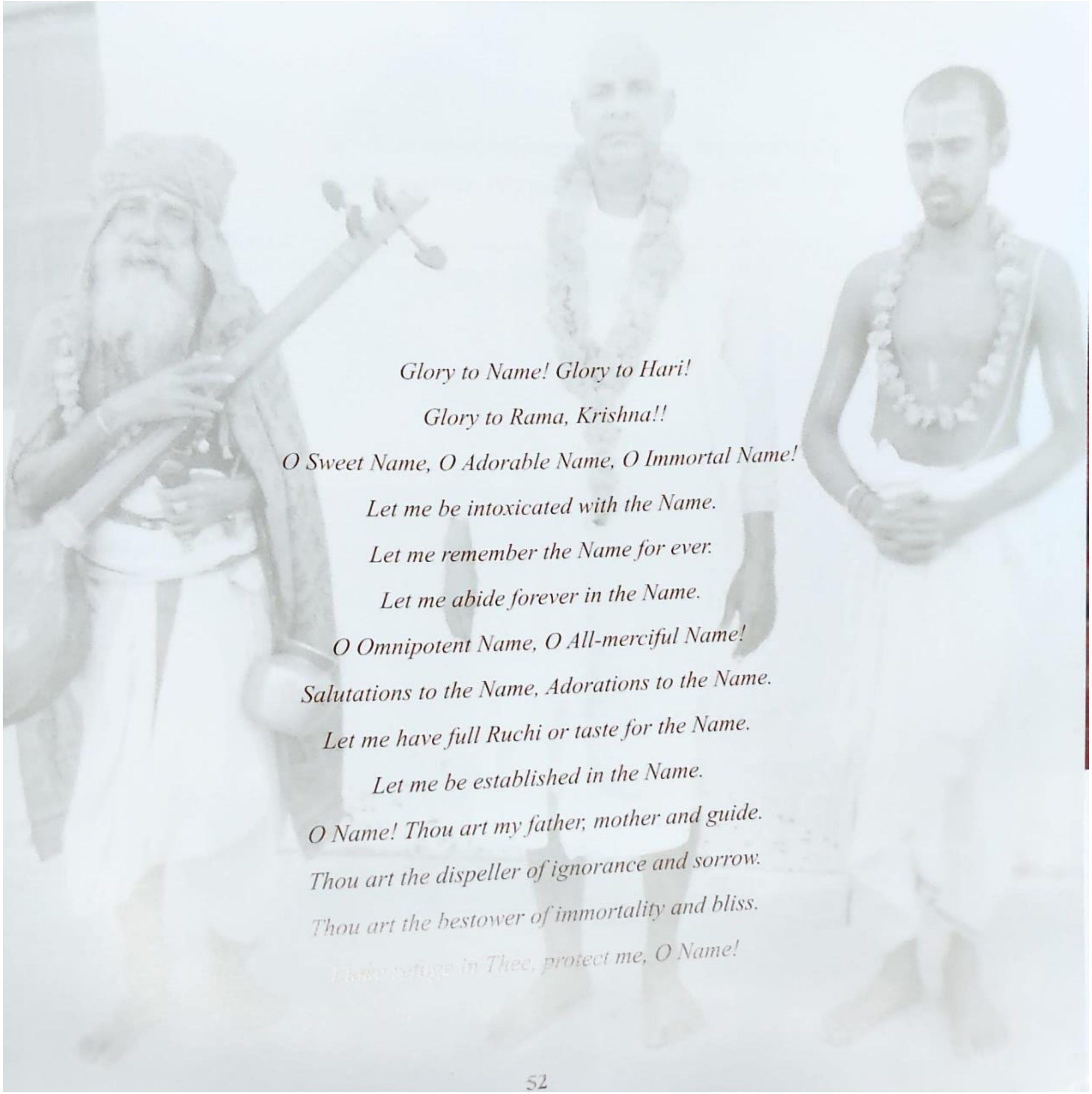
हे जिह्वे रससारज्ञे सर्वदा मधुरप्रिये ।

नारायणख्यपीयूषं पिब जिह्वे निरन्तरम् ।।

O Tongue! Thou art a judge of fine tastes and art always fond of sweetness. Therefore, O tongue, imbibe thou always the ambrosia of the Name: Narayana.

-Pandava Gita-68

REALISE
51



Glory to Name! Glory to Hari!

Glory to Rama, Krishna!!

O Sweet Name, O Adorable Name, O Immortal Name!

Let me be intoxicated with the Name.

Let me remember the Name for ever.

Let me abide forever in the Name.
O Omnipotent Name, O All-merciful Name!

Salutations to the Name. Adorations to the Name.

Let me have full Ruchi or taste for the Name.

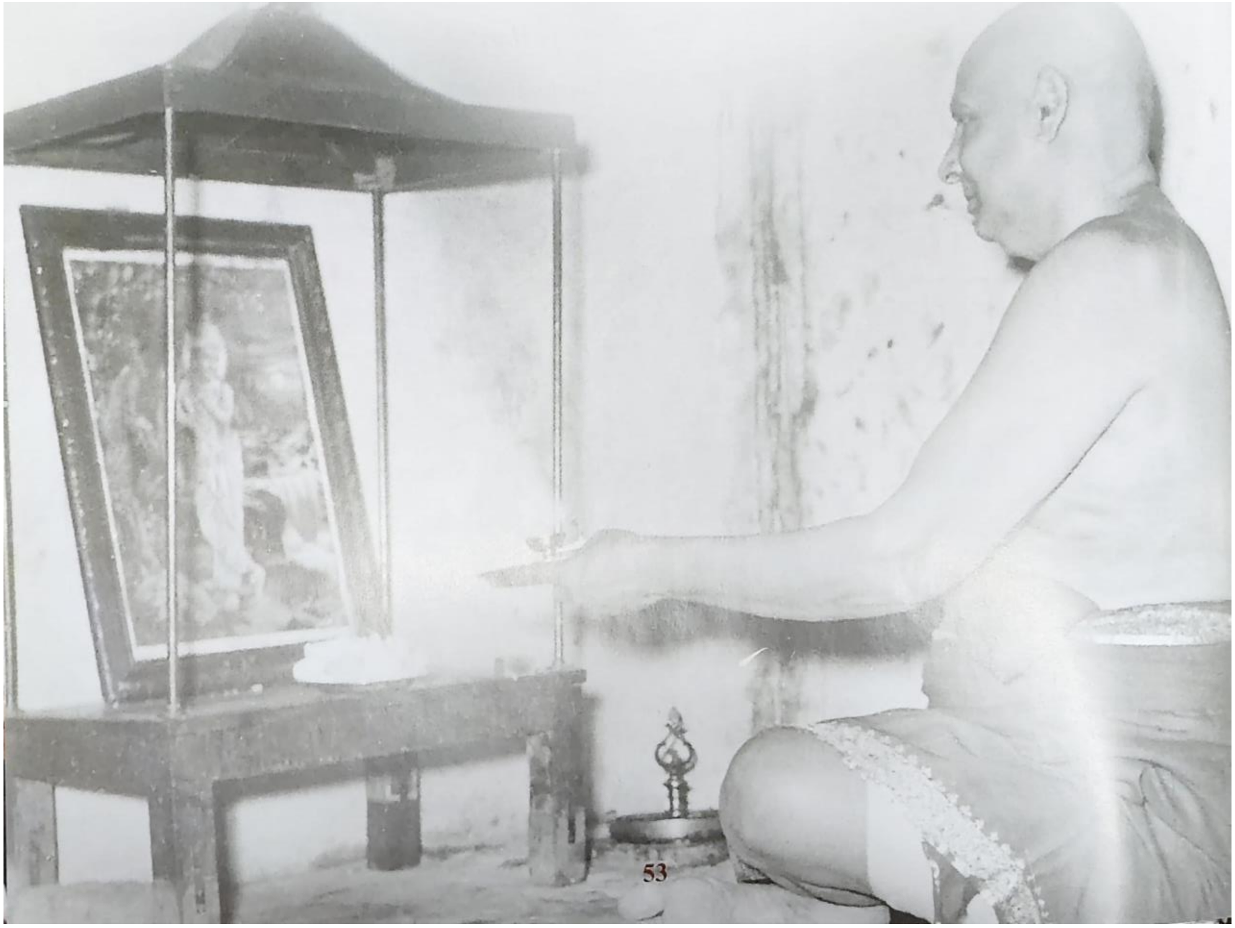
Let me be established in the Name.

O Name! Thou art my father, mother and guide.

Thou art the dispeller of ignorance and sorrow

Thou art the bestower of immortality and bliss.

I take refuge in Thee, protect me, O name !



मधुरमधुरमेतन्मङ्गलं मङ्गलानां सकलनिगमवल्लीसत्फलं चित्स्वरूपम् ।

सकृदपि परिगीतं श्रद्धया हेलया वा भृगुवर नरमात्रं तारयेत् कृष्णनाम ।।

The Name 'Krishna' is sweeter than the sweetest sound, the best among auspicious things, the best fruit of the creeper-like Srutis. This Name, if uttered only once through reverence or even indifferently, can deliver anyone from worldly bondage.

---- Skanda Purana

COUPLETS FROM KABIR

पहले अंगन बिरह कीम पाछे प्रेम की प्यास ।

कहे कबीर तब जानिये, नाम मिलन की आस ।।

Kabit indicates the steps towards hopefully earning the love of the Lord-first Green Lord and, next, earnestly craving for His love.

मयि निर्बद्धहृदयाः साधवः समदर्शनाः ।

वशीकुर्वन्ति मां भक्त्या सत्स्त्रियः सत्पतिं यथा ।।

The holy men who have deep-rooted affection for Me and respect My presence in all alike, win Me over as a faithful wife does a dutiful husband.

-Srimad Bhagavata 9.4.66

कथ ही कथै सो पूत हमारा, पद गावै सौ नाती।

रहनी रहे सो गुर हमारा, हम रहनी के साथी ।।

Kabir implies that any one who talks or sings the praise of the Lord is dear to him as his son or grandson, and the one who follows the principles laid down by the scriptures is his preceptor and that he likes to befriend the man of principles.

पोथी पढ़ि पढ़ि जग मुआ, पंडित हुआ न कोय।

ढाई अक्षर प्रेम का, पढ़े सो पंडित होय ।।

It is not by reading the scriptures again and again that one becomes learned and wise, but by knowing the essence of love of the Lord that one becomes learned and wise.

लौ लागी तो जानिये, छुटि न कबहूं जाय।

जीवत लौ लागी रहे, मुये तहं समाय ।।

If once the love of the Lord and devotion for Him have taken root in the heart of man, they stay on. Even after death, they go along with the soul, do not ever depart from it, affirms Kabir.

दिवि वा भुवि वा ममास्तु वासो नरके वा नरकान्तक प्रकामम् ।

अवधीरितशारदारविन्दौ चरणी ते मरणेऽपि चिन्तयानि ।।

O slayer Naraka, I can live in heaven or earth, or even in hell, if it be Your will, but even in death I will think of your feet, their beauty that of the autumn lotus.

-Mukunda Mala-7

स्वांस स्वांस पै नाम लै, बिरथा सांस मत खोय।

ना जाने उस स्वांस का, आवन होय न होय ।।

Kabir warns that life being so uncertain, not a single breath should be wasted without chanting the Name of the Lord for, he says, who knows whether the next breath will be vouchsafed to man or not.

क्या भरोसा देह का, बिनस जात छिन माहिं।

सांस सांस सुमिरन करौ, और जतन कछु नाहिं ।।

Death can smother one any time, however young and strong. So Kabir warns not to rely on physical power but to depend on the Lord and pray to Him for mercy and protection.

नमः कृष्णाय शुद्धाय ब्रह्मणे परमात्मने।

योगेश्वराय योगाय त्वामहं शरणं गता ।।

Salutation to Thee Krishna, the pure, boundless, the redeemer of Jivas, the master of all Yogic power, and who is of the nature of pure consciousness! I have taken shelter in Thee.

-Srimad Bhagata 10.49.13

सुख के माथे सिल परे, नाम हरी का जाय।

बलिहारी वा दुःख की, पल पल नाम रटाय।।

Kabir implies that man is apt to forget the Lord in his happiness and remember Him only in his sorrow. He wants, therefore, to drive away happiness and live with sorrow. Man should remember God both in happiness and sorrow

कबीर निर्भय राम भज, जब लगि दीवै बाती।

तेल घट्या बाती बुझी, तब सोबै दिन राती।।

Kabir says that man may be overtaken by death anytime without warning. So he should chant the Lord's name all the time instead of indulging in sleep. When death comes he will sleep for ever, let him, therefore, remain awake and meditate on the Lord's name each and every moment vouchsafed to him.

कबीर हरि के नाम सूं, प्रीति रहे इकतार।

तौ मुख ते मोती झारे, हीरा अंत न पार ।।

Kabir implies that whosoever has in his heart love for the Lord's Name, his words become noble and sweet and his heart illumined and enlightened.

कबीर सबद सरीर में, बिन गुन बाजे तांति।

बाहर भीतर रमि रहया, ताते छूती भरांति ।।

The stringless instrument in the body chants the Lord's Name ceaselessly and that pervades the entire body with the result that doubts of the mind and wavering are dispelled, says Kabir.

He implies that the breathing process is an endless recital of the Lord's Name, and if one pays proper heed to it, he will be transformed thereby.

ततो हरौ भगवति भक्तिं कुरुत दानवाः।

आत्मौपम्येन सर्वत्र सर्वभूतात्मनीश्वरे ।।

Practice devotion to Sri Hari, the soul of all and the Lord, seeing His equal presence in all others as in yourself.

-Srimad Bhagavata 7.7.53

प्राणकान्तारपाथेयं संसारोच्छेदभेषजम् ।

दुःखशोकपरित्राणं हरिरित्यक्षरद्वयम् ।।

The two letters comprising the name ‘Hari’ serve as sustenance for life's journey,as an antidote to the evil of transmigration and as an armour against the attacks of grief and sorrow.

-Mahabharata

61

SAYINGS OF SRI SRI MAA ANANDMAY

"Wherever God may keep you at any time, from there itself must you undertake the pilgrimage to God-realization. In all forms, in action and non-action is He, the One Himself. While attending to your work with your hands, keep yourself bound to Him by sustaining Japa, the constant remembrance of Him in your heart and mind. In God's empire, it is forgetfulness of Him that is detrimental. The way to Peace lies in the remembrance of Him and of Him alone."

"When by the flood of your tears
the inner and the outer have fused into one,
you will find Him whom you
sought with such anguish,
nearer than the nearest,
the very breath of life,
the very core of every heart."

तिष्ठता गच्छता वापि स्वपता जाग्रता तथा ।

शयानेनोपविष्टेन जप्यो नारायणः सदा ।।

We should repeat the name of Narayana at all times and under all conditions whether we are standing still or walking, sitting or lying, asleep or awake.

---- Skanda Purana

Whether you worship Christ. Koshna, Kali or Allah, you actually worship the one Light that is also in you, since It pervades all things."

"In water and on land, in trees, shrubs, and creepers - everywhere in the whole universe abides, my Beloved Further, all the various forms and modes of beings that we behold, are they not expressions of my Beloved? For there is none save Him. He is smaller than the smallest, and greater than the greatest."

"When in spite of all efforts, one fails to catch a train, does this not make it clear from where all one's movements are being directed? Whatever is to happen to anyone, anywhere, at any time, is all fixed by Him His arrangements are perfect"

"I find one vast garden spread out all over the universe. All plants, all human beings, all higher mind bodies are about in this garden in various ways, each has his own uniqueness and beauty. Their presence and variety give me great delight. Every one of you adds with his special feature to the glory of the garden."

"He alone knows to whom He will reveal Himself under which form. By what path and in what manner He attracts any particular man to Himself with great force is incomprehensible to the human intellect. The Path differs indeed for different pilgrims."

यथा हि पुरुषस्येह विष्णोः पादोपसर्पणम् ।

यदेष सर्वभूतानां प्रिय आत्मेश्वरः सुहृत् ।।

The highest and the noblest act for a man to do in life is to surrender himself at the feet of the Lord. For He is the dear one, the soul, the master and the friend of all beings.

-Srimad Bhagavata 7.6.2

"Without cause or reason His compassion, His grace are pouring forth at every instant."

………

"At every breath, try to be in communion with Him [Her] through His/Her Name."

………

"By doing service, heart and mind are purified-be convinced of this."

………

"Joys and sorrows are time born and cannot last. Therefore, do not be perturbed by them. The greater the difficulties and obstructions, the more intense will be your endeavour to cling to His feet and the more will your prayer increase from within."

………

"He who has created the universe is Himself present in all circumstances and conditions"

"Family life, which is the Ashrama of the householder, can also take you in His direction, provided it is accepted as an Ashrama. Lived in this spirit, it helps man to progress towards Self-realization, Nevertheless, if you hanker after anything such as name, fame or position, God will bestow it on you, but you will not feel satisfied

The Kingdom of God is a whole, and unless you are admitted to the whole of it, you cannot remain content. He grants you just a little, only to keep your discontent alive, for without discontent, there can be no progress.

You, a scion of the Immortal, can never become reconciled to the realm of death, neither does God allow you to remain in it

नामैव तव गोविन्द नाम त्वत्तः शताधिकम् ।

ददात्युच्चारणान्मुक्तिं भवानष्टाङ्गयोगतः ।।

O Govinda! Thy Same alone is hundredfold more potent than Thee. Thy Name confers liberation when simply recited; but, Thou grantest liberation when approached through the eight-fold path of Yoga.

-Pandava Gita-60

He Himself kindles the sense of want in you by granting you a small thing, only to whet your appetite for a greater one. This is His method by which He urges you on. The traveller on this path finds it difficult and feels troubled, but one who has eyes to see can clearly perceive that the pilgrim is advancing.

The distress that is experienced bums to ashes all pleasure derived from worldly things. This is what is called ‘Tapasya’ what obstructs one on the spiritual path bears within itself seeds of future suffering. Yet the the heartache the anguish over the effects of these obstructions, are the beginning of an awakening to Consciousness,"

न दानं न तपो नेज्या न शौचं न व्रतानि च ।

प्रीयतेऽमलया भक्त्या हरिरन्यद्विडम्बनम् ।।

Neither charity nor austerity, neither sacrifices nor purificatory rites and vows are sufficient to please the Lord. He becomes pleased by pure Bhakti-by loving devotion without any ulterior motive.

-Srimad Bhagavata 7.7.52

MANTRA-A VIBRATING FORCE

Kavi Yogi Maharshi Shuddhananda Bharati

Mantra means the force that protects the Sadhaka. Mantra Yoga is a dynamic Yoga which leads the mind step by step to concentration, meditation and self-awareness. "I am Japa Yajna" says Krishna. Japa is the ceaseless meditation of the very heart beat which must march in tune with Mantra with each breath or heart beat. There are chosen Mantras and their root-sounds for each plane of consciousness. The Mantra is directed towards the Divine in the heart and in course of time, it takes shape in the Divine.

Swami Sivananda is a great Japa Yogi. He did Panchakshara (Namah Sivaya) within and propagated the Mahamantra for the good of the world. Rama and Krishna are the greatest names of Divine manifestation. Rama delights the heart. Krishna attracts the heart to mingle with the soul. Swamiji began this Akhanda Nana Japam 25 years ago and His Ashram expanded in its vibration. Every brick of Sivanandanagar is Hare Rama and every trowel of cement Hare Krishna. Siva is brain. Rama and Krishna are heart beats. Japa is the heart and brain of Sivanandanagar

प्रायश्चित्तान्यशेषाणि तपः कर्मात्मकानि वै ।

यानि तेषामशेषाणां कृष्णानुस्मरणं परम् ।।

Of the various kinds of atonements in the form of austerities and actions, constant remembrance of Krishna is the best.

-Vishnupurana

The vibrating force of twenty five years cherishes Siva Samrajya along with the flowing AUM of the Ganges, Sivanandanagar is a poem of majesty cradled in the beauty of the Himalayan grandeur. Sivanda once told me "This body must fall like a worn out garb one day. But my spirit shall be hovering about this Himalayan atmosphere, resonant with the song of the Ganges. I shall be here as long as Ramanama and Krishnanama thrill this atmosphere."

The name of Rama has given victory to Ramdas, Tukaram, and Gandhiji.

Sri Krishna has given peace and bliss to Suka, Chaitanya, Madhwa, Jayadeva and Sri Aurobindo in our days. Alvars devoted their love to sing Rama and Krishna in melodious Mantras. The life of Divine Life is Mahamantra.

Let us all unite together to sing this ever-sweet Mahamantra with every breath. Let us breathe in the Mantra and live in its glory!

गोविन्द गोविन्द हरे मुरारे गोविन्द गोविन्द मुकुन्द कृष्ण।

गोविन्द गोविन्द रथाङ्गपाणे गोविन्द गोविन्द नमो नमस्ते ।।

O Govinda, Govinda, Hari, Murari, Govinda, Govinda, Mukunda, Krishna, Govinda, Govinda, Rathangapani! Thus do I daily bow down before Thee, O Govinda!

-Pandava Gita-14

POWER OF MANTRA

Papa Ramdas

Mantra is a combination of words that stand for the Supreme Reality. It is so set that by the utterance of it, a rhythmic sound is produced which has a marvellous effect on both the mental and physical systems. The sound of the Mantra produces mental equilibrium and physical harmony. It tunes the entire being with the eternal music of the Divine.

The Mantra spoken of here is an incantation adopted for daily practice for concentration of mind and also union with God.

The power of the Mantra is wonderful. The votary of the Mantra takes the sound produced by its recitation as symbolizing the Divine Himself. How does this sound uplift the soul to meet the Supreme? Sound is the first manifest principle that emanated from the absolute Brahman and is, therefore, the cause of all creation. It is the primeval movement on the calm and silent bosom of the infinite Brahman which brought into being the universal phenomena of name and form. Again sound is the quality of ether or Akasa, the subtlest of the elements, a near approach to the transcendent Truth. When life is harmonized with the symphony of the sound that represents the supreme Truth, it realizes its identity with Truth by perfect absorption into it. This is termed Mantra Siddhi, or perfection through Mantra. This is considered by its votaries to be an easy method of approach to God

The efficacy of the Mantra lies not merely in its incessant repetition but also a constant attention to it. The sound of the Mantra will then be found to have a most soothing effect on the mind. It will lull the feverishness of the mind. This equanimity will in its turn awaken the sleeping Divine Consciousness bringing the soul in direct contact with the indwelling and all-pervading Reality. In other words, the power of the Mantra enables its devotees to quell the unbridled passions of the mind, an achievement of no ordinary value and significance; this is absolutely essential for an all-round divinisation of the human being.

Mantra Yoga is at once self-sufficient and independent. Truly, one who keeps the Mantra always on his lips can attain infinite power, wisdom, love and vision of God.

नान्यं वदामि न श्रृणोमि न चिन्तयामि नान्यं स्मरामि न भजामि न चाश्रयामि।

भक्त्या त्वदीयचरणाम्बुजमन्तरेण श्रीश्रीनिवास पुरुषोत्तम देहि दास्यम् ।।

I speak of none else; I listen to or think of none else; I remember, serve and seek shelter in none else other than Thy Lotus Feet, O Shrinivasa! Kindly confer upon me the joy of serving Thee, O Purushottama!

-Pandava Gita-26

69

NO CHARM LIKE RAMANAMA

Mahatma Gandhiji

Ramanama is not for the few; it is for all. He who takes this name lays by a rich store for himself, and it is inexhaustible.

The more you draw upon it, the more it increases. It is infinite. As the Upanishad says, "You take out infinite out of infinite and infinite remains behind." It is the unfailing panacea for all the ills- physical, mental and spiritual to which man is subject.

Ramanama is only one of the numerous names of God. In fact, there are as many names of God as there are human beings in the world. You may substitute Krishna for Rama or you can substitute for it any of His countless names and it will make no difference. I myself had got the Mantra of Ramanama from my nurse when I was a child. I used to be frightened of ghosts and evil spirits in the dark. My nurse told me, "If you repeat Ramanama, all the ghosts and evil spirits will vanish." I accepted her advice with all the unquestioning faith of a child. That cured me of my cowardice. If that is the experience of a child, how much more will the grown-ups stand to gain by it if they repeat Ramanama with understanding and faith?

But the condition is that it must come from the heart. Do evil thoughts possess you or, are you tormented by lust or greed? Then, there is no charm against it like Ramanama

Supposing you are tempted to amass a big fortune by some easy and dishonest means. If you have faith in Ramanama, you will say to yourself, "Why should 1 amass for my wife and children riches which they might squander away why not leave them a legacy in the shape of sound character and sound education and training that will enable them to earn their living by honest industry and body labour?"

नान्यत्तव पदाम्भोजात्पश्यामि शरणं नृणाम्।
बिभ्यतां मृत्युसंसारादीश्वरस्यापवर्गिकात् ।।

I do not find any other support than the salvation-giving low-feet Thine, the Supreme Lord, that can sustain people who are faced with the threat of Death which is Sumsara.

-Srimad Bhagavata 10.49.12

Ceascles repetition of Ramanama will dispel your delusion and false attachment and the living realisation will dawn on you that you were a fool to hanker after millions for the sake of your dear ones, instead of offering them the priceless treasure of His name which frees one from all bondage and wandering

Filled with the joy of that realisation, such a person will tell his wife and children, "I have not brought for you the treasure I had set out for, but something infinitely richer."

The Glory of Rama-Nama

Goswami Talasidas has left nothing unsaid about the glory of the Divine Name. There is not the least doubt that all sacred formulas such as the Dwadakshara (that consisting of twelve letters) and Ashtakshara (that consisting of eight letters) mantras bring solace to those entangled in the meshes of worldly attachment. Let every individual depend on the mantra which may have given him peace. For those however, who have known no peace, and who are in search of it, the Name of Rama can certainly work wonders. God is said to possess a thousand Names; it means His Names are infinite, His glory is infinite. That is how God transcends both His Name and Glory. The support of the Name, however, is absolutely necessary for people so long as they are tied to their bodies. In the present age, even ignorant and unlettered people can take shelter under the monosyllabic mantra. When pronounced, the word 'RAM' makes a single sound, and truly speaking there is no difference between the sacred syllable OM and the word 'Ram'. The glory of the Divine Name cannot be established through reasoning and intellect. It can be experienced only through reverence and faith (Sraddha).

तत्त्वं बुवाणानि परं परस्मात् मधु क्षरन्तीव सतां फलानि ।

प्रावर्तय प्राञ्जलिरस्मि जिद्धे नामानि नारायणगोचराणि ।।

O my tongue, with folded hands I request you to start repeating Divine names of which the referent is Natyana. They denote the supreme Reality beyond which there is nothing. For good people, they are like delicious fruits exuding honey.

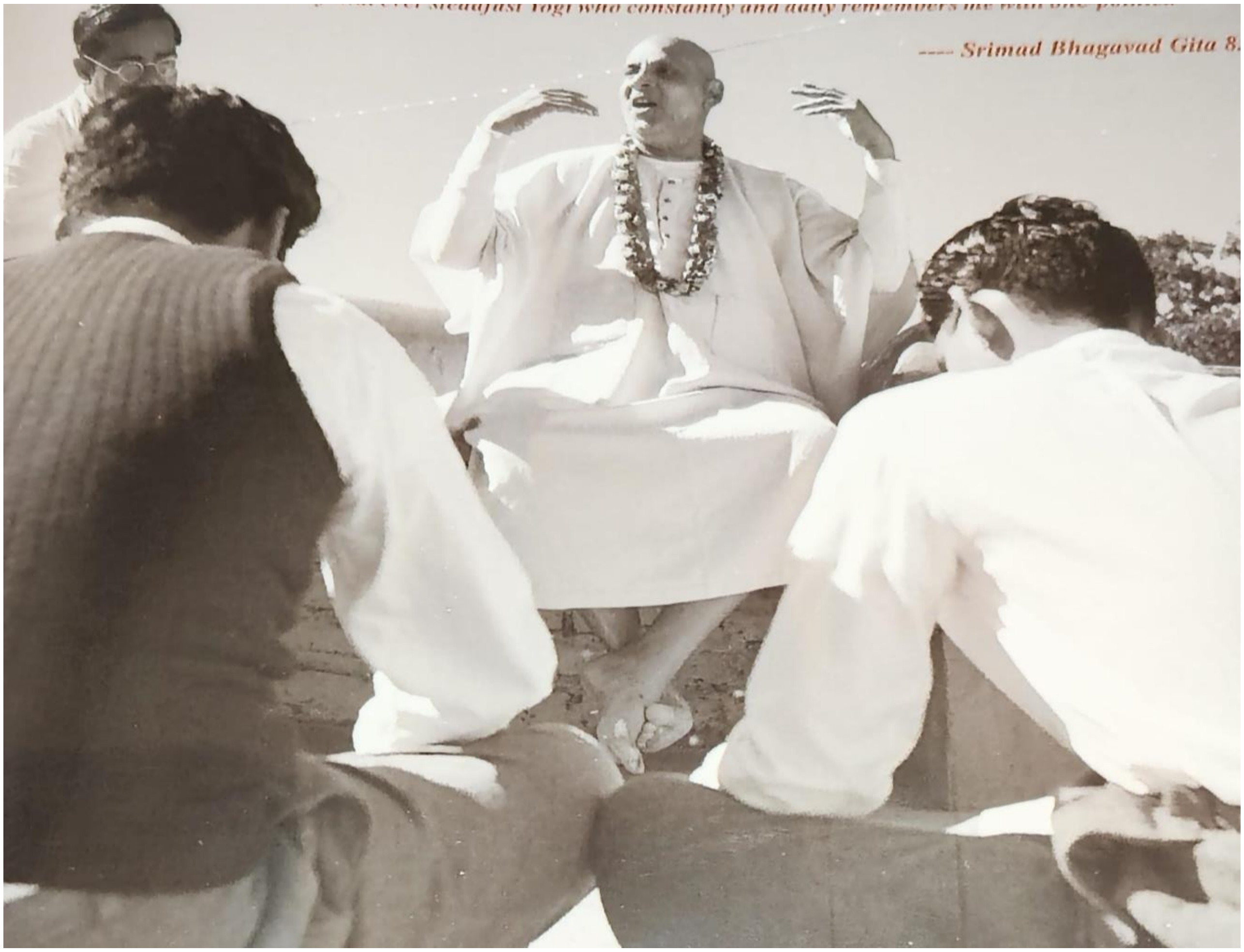
अनन्यचेताः सततं यो मां स्मरति नित्यशः ।

तस्याहं सुलभः पार्थ नित्ययुक्तस्य योगिनः ।।

-Mukunda Mala-31

I am attainable by that ever steadfast Yogi who constantly and daily remembers me with one-pointed

-Srimad Bhagavad Gita 8.14


---- Srimad Bhagavad Gita 8.

हरेकृष्ण हरेकृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे॥

SERVE
LOVE
MEDITATE
REALIZE

THE TRANSFORMATIVE POWER OF THE MAHA MANTRA

J.P. Vaswani

It is said that Sant Haridasa Thakur took birth in a Brahmana family. His parents passed away when he was a small child and hence was raised by a devout muslim family. But very early in

life, Haridas Thakur took Diksha according to his own statement written in Chaitanya Charitamrita:

Sankhya-nama-sankirtana-ei maha-vajna manve

Tahate diksita ami ha-iprati-dine

I have on initiation vowed everyday to perform a great sacrifice of a numerical count of chanting the Holy Name.

It is described in the same biography that he was named 'Nama Brahma Haridas' because of his fixation of chanting the Maha Mantra 300,000 times! Within the Gaudiya Vaishnava tradition, the Hare Krishna Maha Mantra is known as Tarak-Brahma-Nama'. One would think the name Nama Brahma Haridas is in relationship with chanting the holy name. In the Chaitanya Bhagavat we are told:

चिन्तयामि हरिमेव सन्ततं मन्दमन्दहसिताननाम्बुजम् ।
नन्दगोपतनयं परात्परं नारदादिमुनिवृन्दवन्दितम् ।।

Incessantly I think of Hari, whose lotus-like face bears a slight, gentle smile, who is greater than the greatest, the darling of the cowherd Nanda, and who is venerated by Narada and hosts of other sages.

-Mukunda Mala-9

अनन्त वैकुण्ठ मुकुन्द कृष्ण गोविन्द दामोदर माधयेति ।
वक्तुं समर्थोऽपि न वक्ति कश्चित् अहो जनानां व्यसनाभिमुख्यम् ।।

Though every one is capable of repeating Your divine names like Ananta, Vaikuntha Mukunda, Krishna, Govinda, Damodara and Madhava, hardly does any one do it. Alas! Man’s inclination to evil pursuits is amazing.

-Mukunda Mala-37

People would gather around him (Haridas Thakur) just to see the unrestricted tears of love of Godhead that flowed profusely from his eyes drenching his entire body. Even the strictest atheists marvelled at his behaviour. Goose pimples swelled across his body like thousands of blooming flowers and even Lord Brahma and Lord Shiva were amazed by his devotion!

Once, Sant Haridas was staying in a village, and his nightly chanting of the Maha Mantra angered a chieftain, who wanted by hook or crook to bring the saint into disrepute. He called the most beautiful and sought after prostitute in the region and told her to seduce the saint. "Bring

him under your spell. Enslave him by your charms, and I will give you one half of all my landed property," he told her.

The prostitute smiled derisively. "There is no man who will not fall a victim to my charms," she drawled. "Just show me where he lives, and in less than three days, I will have him eating out of my hands!"

That night, she called at the humble cottage of Haridas Thakur. She walked into the hut uninvited, and said to the saint, "I have come to spend an unforgettable night with you."

"You are most welcome," said the saint. "But it is my sacred vow to chant the Maha Mantra 300,000 times every night. Please wait outside while I complete my chanting

All night the fallen woman sat, at the saint's doorstep. The chanting of the Maha Mantra fell on her ears and she was filled with a sense of awe and wonder...

The next day dawned, and she hastened home, promising herself that her conquest of the saint would definitely be accomplished that night. But when night came, she found that she could not lure the saint from his chanting and that night, she was irresistibly drawn, as if by magic, to the divine vibrations of the chanting!

On the third night, she came early to the saint's cottage, so that she could listen to the chanting from the beginning. And the mere hearing of the Maha Mantra transformed her completely. She thought to herself, "Men have told me that I am the most beautiful form they have ever beheld. But the humble saint here must have attained something far more beautiful than myself. This must be the reason why he won't even look at me! Otherwise, he would! ve fallen into the trap of my beauty even as a moth falls into the flame. Let me also attain the Beauty of all beauties which has intoxicated this saint."

किमलभ्यं भगवति प्रसन्ने श्रीनिके तने।

तथापि तत्परा राजन् न हि वाञ्छन्ति किचन ।।

What is there unattainable to one on whom Lord, the abode of Sri, is gracious. But, O King, devotees crave for no benefits.

-Srimad Bhagavata 10.39.2

At the dawn of the fourth day, she fell at the feet of Bhakta Haridas and asked to be accepted as his disciple. She gave away all her wealth to the poor and the needy in return for a Tulsi Mala from the saint, and devoted the rest of her life to chanting the Name Divine!

मदन परिहर स्थितिं मदीये मनसि मुकुन्दपदारविन्दद्धाम्नि ।

हरनयनकृशानुना कृशोऽसि स्मरसि न चक्रपराक्रमं मुरारेः ।।

God of love, seek no place in my heart, for it is the abode of Mukunda's lotus feet! You have already been laid low by Siva's flaming eye. Have you no recollection of the might of Murari's disc?

-Mukunda Mala-30

THE GLORY OF NAMA JAPA

Papa Ramdas

God realization is only for him who has so controlled his mind as to subdue the desires relating to the objects of the senses. It is rightly said that a king can extend his empire to the ends of the earth, nay, he can gain even the lordship of the world, but it is extremely hard to conquer and subdue the mind. The real and the greater hero is he or she who has controlled and mastered the mind.This mastery is possible only when the invincible divine energy latent in the divine Name, in reaching this ideal, proves an invaluable and invincible means. Constant Japa or utterance of the Name arrests the restless nature of the mind and developing a high state of concentration, conserves all the physical and mental energies for removing the veil from the indwelling Truth, who is infinite power, light, peace and joy. In a word, the Name is an unfailing key that unlocks the gates of the heart permitting an outflow of immortal love, wisdom and power. Thereafter, the soul is merged in the universal effulgence of an eternal and all Blissful existence.

So God's all-powerful Name takes the aspiring soul to the highest summit of Truth. What is required first is an absolute faith in the greatness and potency of the Name, which comes only by the grace of the Lord. When the Name becomes the sole mainstay and refuge of the aspirant who thirsts for the highest goal of life 'God realisation, he or she marches towards the goal not only in rapid strides but also with a heart filled with courage and cheerfulness. Indeed, blessed is the soul who possesses an unflinching faith in the greatness of the divine Name!

When we are repeating the Name, we must also be having the consciousness that we are repeating the Name of One who is within us, who is our true life and being. Without it, the repetition becomes merely mechanical and does not help us in any way. When we tune ourselves with the Name, we tune ourselves with God. We must keep this central fact in our mind when doing the Japa. Then the practice will gradually make us aware of the Divine Existence within us. At the beginning, we are not aware of this, but we intellectually accept the idea that God dwells within us and we take His Name. The association with Him is there mentally, and it grows into an experience when we actually feel His presence by constantly stressing on the mind the truth that God whom we aspire to see is within us and that the name we repeat is His Name. As we become aware of Him within us, we become conscious of Him also without us. We feel His presence everywhere.

जिह्वां लब्ध्वापि यो विष्णु कीर्तनीयं न कीर्तयेत् ।

लब्ध्वापि मोक्षनिःश्रेणिं स नारोहति दुर्मतिः ।।

If a human being having the gift of the tongue, which is the ladder from earth to God, does not use it to ascend to God by singing His name, he is a foolish and deluded person.

-Haribhaktisudhodaya

Of all the disciplines for controlling the restless mind, there is none so easy and efficacious as the repetition of God's name. But the difficulty with some is that they cannot repeat the Name continuously although they desire to do so. The reason for this is that their love for the Name is not greater than their love for the perishable objects of the world. It is a psychological truth that our mind thinks most about the object which we love most, because our concentrated love inevitably influences the mind to remember that object. So also if our mind is fired with an intense love for the Name, this love will automatically enable us to repeat the Name constantly. The name of God will start on our tongue spontaneously and will run on it continuously, Further, the sweet sound issuing from the utterance of the Name will prove to be a veritable nectar to the attentive car. When thus the mind is inebriated, as it were, with the love of God and filled with the music of His name, all its desires will be transmuted into divine waves of ecstasy, and all the movements of the senses will be saturated with the same joy. When we are in this joy, the vision of God will flash out of us and grant us the experience of the universal Reality "God". This is the ineffable summit of divine union and revelation.

Such is the power of the Name. Which name of God you repeat is not of consequence. But you must remember that the Name represents God within you. So you can repeat any Name you hold dear and fill yourself with divine ecstasy. This is the easiest and best method by which you can purify yourself preparatory to God- experience. This is what the sages and saints in all parts of the world are dinning into your ears. Take the holy Name and you become holy. Think of God and you become the image of God. You need not do any other spiritual practice than praying to God and taking His name. The object of all spiritual practices is to maintain a continuous remembrance of Ciod. Japa is an all-inclusive and all sufficient practice by which you can be ever in tune with God and finally merge yourself in Him. Japa is thinking of God constantly to the exclusion of everything else. God thought keeps away every other thought. This thought also ultimately disappears and you realize your identity with God.

नास्था धर्मे न वसुनिचये नैव कामोपभोगे यद्यद्भव्यं भवतु भगवन् पूर्वकर्मानुरूपम् ।

एतत्प्रार्थ्यं मम बहुमतं जन्मजन्मान्तरेऽपि त्वत्पादाम्भोरुहयुगगता निश्चला भक्तिरस्तु ।।

My Lord, I care neither for Dharma, nor for mounding wealth, least of all for indulging in sensuality. Whatever must be, so be it, Lord, as it accords with prior deeds. My truly cherished desire is this: birth after birth, may I have unfaltering devotion to Your lotus feet.

-Mukunda Mala-6

कृष्णानुस्मरणादेव पापसंघट्टपञ्जरम् ।

शतधा भेदमाप्नोति गिरिर्वज्रहतो यथा ।।

By steady remembrance of Krishna alone, the petrified network of sins will be smashed into smithereens like the mountain when struck by the thunderbolt of Indra.

-Pandava Gita-57

GURU MANTRA

Mataji Krishnabai

It is said that the Divine Name is such a powerful instrument that its initiation cannot be given to everyone. Even among those of you who have got initiation, only fow can practise repeating . If we have such a powerful Name on our lips, our vision will also expand so as to embrace the whole universe.

Ram Nam can save us from all perils and you should keep Ram Nam ceaselessly on your lips and then all would be well. The very fact that you have got the Mantra means Guru's Grace is showering on you. You have only to be aware of it. Be it any Mantra, so long as it is given by a Guru, it will protect us from all harm.

भवजलधिमगाधं दुस्तरं निस्तरेयं कथमहमिति चेतो मा स्म गाः कातरत्वम् ।

सरसिजदृशि देवे तावकी भक्तिरेका नरकभिदि निषण्णा तारविष्यत्यवश्यम् ।।

My heart, do not despair, thinking, "How will I possibly cross over the deep, impassable ocean of life?" Surely your singular devotion fixed on the lotus-eyed Lord, the slayer of Naraka, will come to your rescue and carry you across.

-Mukunda Mala-13

GOD'S NAME-THE POWERFUL WEAPON

Swami Satchidananda

To pierce through Maya the strongest weapon is chanting of God's name. The moment you chant it, feeling that you are the Name of one who is all-pervading, who is all-powerful and who has manifested Himself as innumerable forms in the universe, you will find the veil gradually becoming transparent. Eventually you will see through it the true state of things. Ultimately the veil is torn off and you realize your oneness with the eternal Existence.

Such is the power of the Holy Name. You would have understood that Beloved Papa had also this as his main weapon, besides perfect surrender to God's will. These took him all over the country in a state of perfect joy and absolute fearlessness, though for all external purposes, he was like a beggar owning nothing and not knowing where he would get his next meal or a place to rest. But the constant feeling of the presence of the Divine, within and without everywhere, kept him blissful.

गङ्गा गीता च गायत्र्यपि च तुलसिका गोपिकाचन्दनं तत्

सालग्रामाभिपूजा परपुरुष तथैकादशी नामवर्णाः।

एतान्यष्टाप्ययत्नान्ययि कलिसमये त्वत्प्रसादप्रसिद्ध्या

क्षिप्रं मुक्तिप्रदानी त्यभिदधुरुषय स्तेषु मां सज्जयेथाः ।।

O Supreme Lord! In this age of Kali, Ganga, Gita, Gayatri, Tulsi leaves, sandal paste, Saligram, Ekadashi fast, and Divine Names - these eight items, sages say, are the easy and quick means of salvation as they secure Thy abounding grace. May I be intensely devoted to them all.

-Narayaneeyam 92,9

THE SUPREME VALUE OF RAMA-NAMA

Goswami Tulasidas

Let him who has faith in other Sadhanas, do according to his faith. For me, the Name of Rams has proved a wish-yielding tree bearing the fruit of blessedness in this Kali Age

Action, Devotion and Knowledge enjoined in the Vedas are right in every way.

But to me, like a man who has lost his vision in the month of Stavana (rainy season), everything appears green (dyed in the colour of the Name).

I had been enjoying the stale enjoyments of the world like a dog who licks dry bones, but my hunger was never appeased. By remembering the Name, I now find the sweetest ambrosia kept ready for me.

There is nothing equivocal about the Name, with regard to its worldly and spiritual efficacy.

I have heard that through the aid of the Name, a floating bridge of stones was constructed in the sea and the army of the monkeys went across it.

One who has his love and faith pinned in any particular Sadhana gets his desired object through that very Sadhana.

To me, however, the two syllables 'Ra' and 'Ma' stand as parents; and I am attached to them with a child's stubbornness.

The Lord Sankara is my witness, if I have concealed anything (and have not spoken the barest truth), let my tongue be burnt and let it fall.

Tulasi has come to realize that he has profited by the Name of Rama alone.

स्मृते सकलकल्याणभाजनं यत्र जायते ।

पुरुषं तमजं नित्यं व्रजामि शरणं हरिम् ।।

Always do I seek shelter in Hari, the Unborn Purusha, by remembering whom one experiences a sense of well-being and auspiciousness on all sides.

-Paddava Gita-62

SHIKSHASHTAKA

Sri Chaitanya Mahaprabhu

चेतोदर्पणमार्जनं भव-महादावाग्नि-निर्वापणम् श्रेयः कैरवचन्द्रिकावितरणं विद्यावधूजीवनम् ।

आनंदाम्बुधिवर्धनं प्रतिपदं पूर्णामृतास्वादनम् सर्वात्मस्नपनं परं विजयते श्रीकृष्णसंकीर्तनम् ।।१।।

Glory to the Sri Krishna Sankirtana, which cleanses the heart of all the dust accumulated for years and extinguishes the fire of conditional life, of repeated birth and death. This Sankirtana movement is the prime benediction for humanity at large because it spreads the rays of the benediction moon. It is the life of all transcendental knowledge. It increases the ocean of transcendental bliss, and it enables us to fully taste the nectar for which we are always anxious

नाम्नामकारि बहुधा निज सर्व शक्तिस्तत्रार्पिता नियमितः स्मरणे न कालः।

एतादृशी तव कृपा भगवन्ममापि दुर्दैवमीदृशमिहाजनि नानुरागः ।।२।।

O my Lord, Your holy name alone can render all benediction to living beings, and thus You have hundreds and millions of names like Krishna and Govinda. In these transcendental names, You have invested all Your transcendental energies. There are not even hard and fast rules for chanting these names. O my Lord, out of kindness, You enable us to easily approach You by Your holy names, but I am so unfortunate that I have no attraction for them.

तृणादपि सुनीचेन तरोरपि सहिष्णुना।

अमानिना मानदेन कीर्तनीयः सदा हरिः ।।३।।

One should chant the holy name of the Lord in a humble state of mind, thinking oneself lower than the straw in the street; one should be more tolerant than a tree, devoid of all sense of false prestige and should be ready to offer all respect to others. In such a state of mind, one can chant the holy name of the Lord constantly.

तावद् रागादयः स्तेनास्तावत् कारागृहं गृहम् ।

तावन्मोहोऽङ्घ्रिनिगडो यावत् कृष्ण न ते जनाः ।।

It is only till a devotee has not made the total surrender and has become Thine own and Thou his that the passions of the heart are inimical and home is prison house.

-Srimad Bhagavata 10.14.36

न धनं न जर्न न सुन्दरी कवितां वा जगदीश कामये।

मम जन्मनि जन्मनीश्वरे भवताद् भक्तिरहेतुकी त्वयि ।।४।।

O Almighty Lord, I have no desire to accumulate wealth, nor do I desire beautiful women, nor do I want any number of followers. I only want Your causeless devotional service birth after birth.

अयि नन्दतनुज किंकरं पतितं मां विषमे भवाम्बुधौ।

कृपया तव पादपंकजस्थितधूलिसदृशं विचिन्तय ।।५।।

O son of Maharaja Nanda (Krishna), I am Your eternal servitor, yet somehow or other I have fallen into the ocean of birth and death. Please pick me up from this ocean of death and place me as one of the storms at Your lotus feet.

नयनं गलदश्रुधारया वदनं गदगदरुद्धया गिरा।

पुलकैर्निचितं वपुः कदा तव नामग्रहणे भविष्यति ।।६।

O my Lord, when will my eyes be filled with tears of love flowing constantly while chanting Your holy name? When will my voice choke up, and when will the hairs of my body stand on end at the recitation of Your name?

बद्धेनाञ्जलिना नतेन शिरसा गात्रैस्सरोमोद्गमैः कण्ठेन स्वरगद्गदेन नयनेनोद्गीर्णवाष्पाम्बुना ।

नित्यं त्वच्चरणारविन्दयुगलध्यानामृतास्वादिनाम् अस्माकं सरसीरुहाक्ष सततं संपद्यतां जीवितम् ।।

O lotus-eyed Lord, please always sustain our lives as we evermore relish the nectar of your lotus feet, with joined palms, head bowed in respect, hair standing on end all over our bodies, our throats filled with sobs as we recite and our eyes pouring out tears.

-Mokarida Mala-2

युगावितं निमेषेण चक्षुषा प्रावषावितम् ।

शून्यायितं जगत्सर्वं गोविन्द विरहेण में ।।७।।

O Govinda! Feeling Your separation, I am considering a moment to be like a Yuga. Tears are flowing from my eyes like torrents of rain, and I am feeling all alone in the world in Your absence.

आश्लिष्य वा पादरतां पिनष्ठ मामदर्शनान्मर्महतां करोतु वा।

यथा तथा वा विधातु लम्पटो मत्प्राणनाथस्तु स एव नापरः ।।८।।

Whether He embraces me as a devotee of His feet or not, whether He appears before me or not, whether He accepts me as His own or not, Sri Krishna is my Lord and no one else.

कृष्ण त्वदीयपदपंकजपञ्जान्तरडीव मे विशतु मानसराजहंसः ।

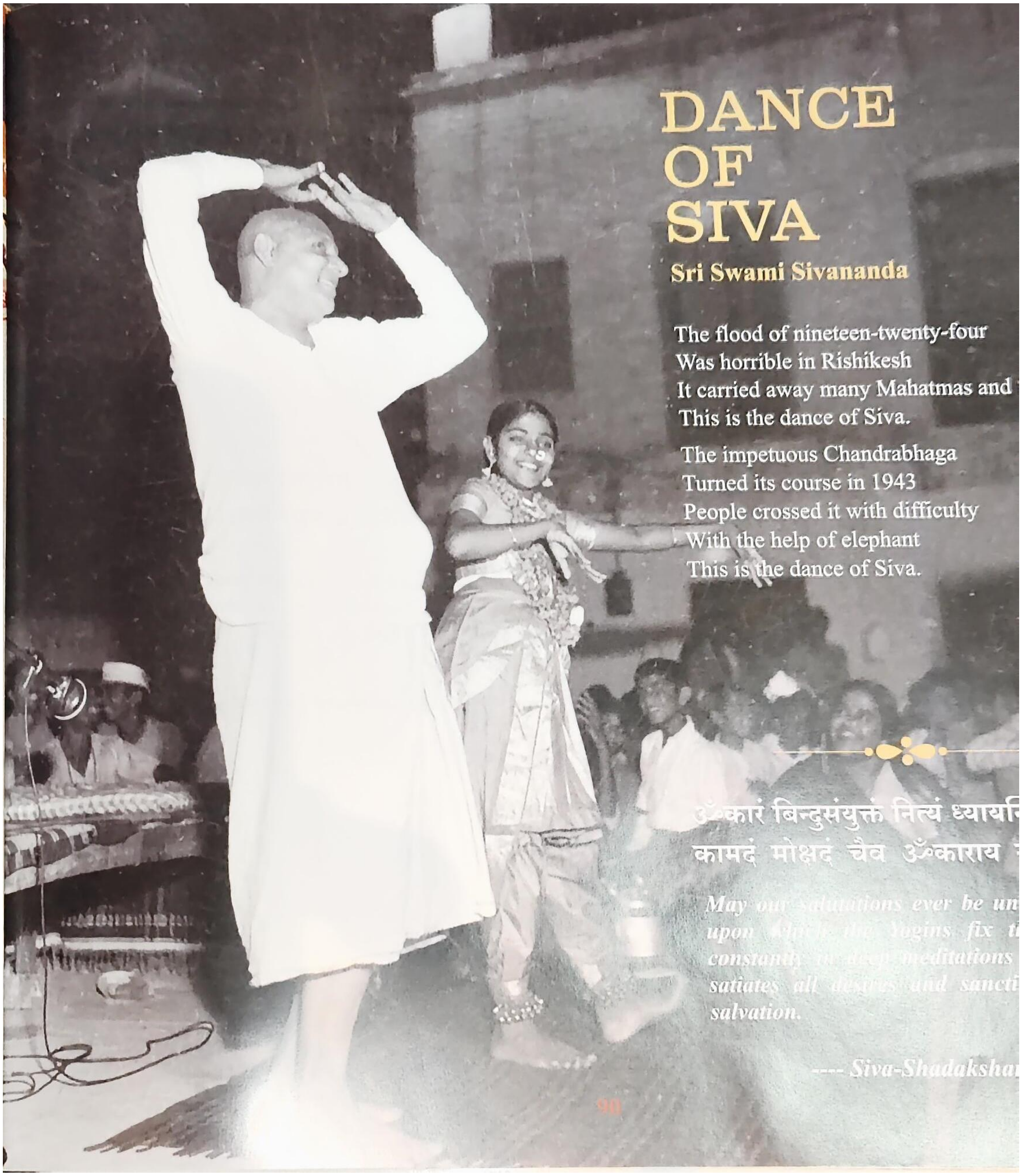
प्राणप्रवाणसमये कफवातपित्तैः कण्ठावरोधनविधी स्मरणं कुतस्ते ।।

O Krishna, let the royal goose of my mind enter the cavity of Your lotus feet this very day, for when my life-breath leaves me and my throat is choking with phlegm, air and bile, how will I possibly remember You?

-Mukun Mala-8

DANCE OF SIVA

Sri Swami Sivananda



The flood of nineteen-twenty-four
Was horrible in Rishikesh

It carried away many Mahatmas and Sadhus
This is the dance of Siva.

The impetuous Chandrabhaga
Turned its course in 1943
People crossed it with difficulty
With the help of elephant
This is the dance of Siva.

कारं बिन्दुसंयुक्तं नित्यं ध्यायन्ति योगिनः।
कामदं मोक्षदं चैव काराय नमो नमः ।।

May-our salutations ever be unto Omkara upon which the Yogins fix their minds constantly in deep meditations and which satiates all desires and sanctions eternal salvation.

-Siva Shadakshara-Stotram 1

In the morning of eleventh January 1945
There was fall of snow
On the surrounding Himalayas
The chill was terrible
This is the dance of Siva.

Lord Vishwanath dwells now
In a place where there was forest
He pleases the whole world
He bestows health and long life
This is the dance of Siva

Forests become Ashrams
Islands become an ocean
Ocean becomes an Island
Cities become deserts
This is the dance of Siva

Siva gazes at His Shakti
Then there is the atomic dance
There is the dance of Prakriti
Lord Siva merely witnesses
This is the dance of Siva

Then Prana vibrates, mind moves
Senses function, Buddhi operates
Heart pumps, lungs breathe

Stoenach digests, intestines excrete
This is the dance of Siva

This is a world of change
A changing thing is perishable
Know the Imperishable
Which is changeless
And become Immortal

नमन्ति ऋषयो देवा नमन्त्यप्सरसां गणाः ।

नरा नमन्ति देवेशं नकाराय नमो नमः ।।

Whom the mortals and the sages, the gods and the bands of Apsaras bow; to that Supreme Lord embodied as Nakara, we salute again.

-Siva -Shadakshara Stotram-2

GLORY OF LORD SIVA

Sri Swami Sivananda

Salutation to Lord Siva, who is the Lord of the universe (Jagat-Pati), world's teacher (Jagat-Guru), who is the destroyer of Tripura (three cities, viz., egoism, lust and anger), who is the Lord of Uma (Umapati), Gauri (Gauri-sankar), Ganga (Gangadhar), who is full of Light (Jyotirmaya),

Knowledge and Bliss (Chidanandamaya), who is the Lord of Yogins (Yogeshwara), who is the storehouse of knowledge and who is known by various names such as Mahadeva, Sankara, Hara, Shambhu, Sadasiva, Rudra, Shulapani, Bhairava, Uma-Maheshwara, Nilakantha, Trilochana, Trayamabaka, Vishwanatha, Chandrashekhara, Ardhanarishwara, Maheshwara, Nilalohita, Parama-Siva, Digambara, Dakshinamurti etc.

महादेवं महात्मानं महाध्यानं परायणम ।

महापापहरं देवं मकाराय नमो नमः।।

To that Great Effulgent Being, embodied as Makara, who is the Transcendent Self, the destroyer of multifarious sins and the Supreme Object of worship and meditation, we salute ever and ever again.

-Siva-Shadakshara-Stotram 3

How merciful He is! How loving and kind He is! He even wears the skulls of His devotees as a garland in His neck. He is an embodiment of renunciation, mercy, love and wisdom. It is a mistake to say that He is the destroyer. Lord Siva in reality is the regenerator, Whenever one's physical body becomes unfit for further evolution in this birth either by disease, old age or other causes, He at once removes this rotten physical sheath and gives a new, healthy vigorous body for further quick evolution: He wants to take ail His children to His Lotus Feet quickly. He desires to give them His glorious Siva-Pada It is easier to please Siva than Hari. A little Prem and devotion, a little chanting of His Panchakshara is quite sufficient to infuse delight in Siva. He gives boons to His devotees quite readily. How large is His heart! He gave Pashupatra (a missile presided over by Himself) to Arjuna, without any difficulty, for his little penance. He gave a precious boon to Bhasmasura. In Kalahasti near Tirupati, He gave vision to Kannappanayanar, the devoted hunter who plucked his two eyes to replace the weeping eyes in the Murti

In Chidambaram even the untouchable Pariah saint, Nanda had Darshan of Lord Siva. He ran with tremendous speed to make the boy Markandeya immortal when he was in the clutches of the God of Death Yama. Ravana of Lanka pleased Siva with his Suma chantings. He initiated Sanaka, Sanandana, Sanatana and Sanatkumar into the mysteries of Jnana in the form of Guru, Dakshinamurti. In Madurai, in southern India, Sundareshwara (Lord Siva) assumed the form of a boy and carried earth on his head for a devoted lady for the sake of Puttu (a kind of sweet meat) as wages when an anicut (a dam) was erected in the Vaigai river. Look at the unbounded mercy for His devotees! When Brahma and Lord Vishnu went to find out the Head and Feet of Lord Siva, He assumed the form of an infinite, expansive blaze of light (Jyotirmaya-Svarupa). They were baffled in their attempts. How magnanimous and self-effulgent He is! He lived in the house of Pattinattu Swami in southern India for several years as his adopted son and disappeared after giving him the small note, "Even the broken needles will not follow you after your death." The reading of this note was the starting point for attainment of Jnana for

Pattinattu Swami. Why not you attempt this very second with sincerity to realise God (Lord Siva)?

शिवं शान्तं जगन्नाथं लोकानुग्रहकारकम् ।

शिवमेकपदं नित्यं शिकाराय नमो नमः ।।

To the all-auspicious and all-powerful Lord of the universe, embodied as the letter Si, who bestows peace and prosperity upon the world and who is One and Eternal, may our salutations always be.

-Siva-Shadakshara totram 4

Lord Siva is the Lord of ascetics and Lord of Yogins robed in space (Digambarks. His Trishula (trident) that is held in His right hand represents the three Gunas-Sattva, Rajas, and Tamas.

That is the emblem of sovereignty. He rules the world through the three Gunas. The Damaru in His left hand represents Shabda Brahman, It represents "Om' from which all languages are formed. It is He who formed the Sanskrit language out of the Damaru sound. Pranava or "Om' denotes the external form of the Lord (like paddy, Ie rice with husk) and Panchakshara His internal form (like rice). Pranava and Panchakshara are one. The five letters, Na-mah-Si-va-ya (Panchakshara) denote the five actions or Pancha Krityas of the Lord viz. Srishti (creation), Sthiti (preservation), Samhara (destruction). Tirobhava (illusion) and Anugraha (blessing), also the five elements and all creations through the combination of the five elements.

वाहनं वृषभो यस्य वासुकिः कण्ठभूषणम्।

वामे शक्तिधरं देवं वकाराय नमो नमः ।।

Salutations to that Siva, who has a bull as His vehicle, who has the snake Vasuki as the ornament of His neck, who has the Divine Mother Shakti on His left, and who is represented by syllable "Va".

-Siva-Shadekshara Stotram 5

Om Namah Strays is the Panchakshara-Mantra of Lord Siva Namah Sivaya means ‘Prostration unto Lord Siva’. The Jiva or individual soul is the servant of Lord Siva from the Deha-drishti (point of view of individual consciousness). ‘Namah represents Jivatman (individual soul). ‘Sivaya’ represents Paramatman (Supreme Soul). Hence Namah Sevava is a Mahavakya, like Tat-Tam-Asi’ which signifies the identity between the individual and the Supreme Soul. The Panchakshura is the best among the seven crores of Mantras There are seven Skandhas in Yajurveda In the Rudradhyaya, there are one thousand Rudra Mantras ‘Namah Sivava’ or the Siva-Panchakshura Mantra shines in the centre of these one thousand Rudra Mantras. Revention of this Mantra removes all obstacles and miseries of the Sadhaka and bestows eternal bliss and immortality.

In the worship of Lord Sive there is no distinction of caste and creed. The sixty-three Nayanar saints of South India were sincere and ardent devotees of Lord Siva. They belonged to different castes.They served the devotees of Lord Siva and made absolute self-surrender to the Lord. They were quite ignorant of philosophy. They cleaned the temple premises, made garlands of flowers for the Lord, lighted the temple lamps, planned flower gardens, fed the devotees of Lord Siva and served them Worship of Sa-Bhaktas was regarded by them as even superior to the worship of Lord Siva Himself. They regarded that a life of devotion to Lord Siva was much more important than the little distinctions of caste etc.

Tirumilanakika Nayanar was one day performing Puja. A spider fell upon the Siva image. His wife at once blew it away and in so doing unwittingly spat on the place where it fell. The saint was very much annoyed. He thought that the image had become impure. He wanted to abandon his wife. But Lord Siva appeared before him in his dream and showed the saint how his whole booty, except the place which was spat upon, was blistered owing to the fall of the

spider. This opened the eyes of the saint. He realised that devotion was more important than knowledge of the scriptures

यत्र यत्र स्थितो देवः सर्वव्यापी महेश्वरः।

यो गुरुः सर्वदेवानां यकाराय नमो नमः ।।

To the all-pervading Maheshers, embodied as the letter Ya, God with a form and without, who is the preceptor of the shining ones, may our salutations be.

-Siva Shadakshara Stotram 6

Sirethondas, another saint killed his son with his own hands and prepared meat to please the devotee of Siva. He was prepared even to go against the rules of the scriptures in order to practice what he considered as Siva virtue. He was not a man of great erudition. He was not a philosopher and a Yogi but he had intense devotion to the devotees of Siva. What a great sacrifice he did in order to serve the devotee! The Lord appeared before him with Parvati and blessed Struthondar. The devotee and the dish of meat disappeared. Siruthondar went out and called his son. The son came running towards him. The Lord does anything and everything for His Bhakta

Murti Nayanar used to offer sandalwood paste to Lord Sivant Madurai. When sandalwood was not available, he began to rub his elbow very hard upon the sandstone and Lord Siva was moved. The Nayanar was made the king He reached the abode of Siva

Thirukkuripputhondar was a washerman by caste. He washed the clothes of the devotees of Siva. Lord Siva wanted to test him. He appeared as a poor man with a very dirty rag. The saint washed the rag. As there was a very heavy rain, he could not dry the rag. He was very much afflicted at heart. He began to dash his head against the stone on which he washed the clothes. Lord Siva appeared before him and gave him salvation.

Kalianayanar used to light the temple lamps with oil supplied by himself. He lost all his property. He thought of selling his wife but no one would purchase her. Then he resolved to offer his own blood in the place of oil. When he was trying to do this, Lord Siva blessed him

The Nayanars were not much concerned with Saiva doctrines or Saiva Philosophy. They attached the greatest importance to Siva worship even though it might go against the ordinary rules of right and wrong. They had the utmost regard for the externals of Siva worship. They were prepared to do anything to preserve these outward forms even at the cost of their lives.

You can clearly understand from the life history of these Nayanars that anyone, whatever his caste might be and whatever his service, could attain the grace of Lord Siva.

नमामीशमीशान-निर्वाण रूपं विभुं व्यापकं ब्रह्मवेदस्वरूपम् ।

अजं निर्गुणं निर्विकल्पं निरीहं चिदाकाशमाकाश-वासं भजेऽहम् ।।

I adore you, the Lord and the Ruler of the whole universe, eternal bliss personified, the omnipresent and all-pervading Brahma, manifest in the form of the Vedas. I worship Lord Siva, shining in His own glory, devoid of all attributes, undifferentiated, desireless, all-pervading consciousness.

-Rudrashtakam-1

The Name of Lord Siva chanted in any way, correctly or incorrectly, knowingly or unknowingly, carefully or carelessly is sure to give the desired result. The glory of the Name of Lord Siva cannot be established through reasoning and intellect, It can certainly be experienced or realised only through devotion, faith and constant repetition of the Name and singing His hymns with Bhava Every Name is filled with countless potencies of Shaktis. The power of the Name is

ineffable. Its glory is indescribable. The efficiency and inherent Shakti of the Name of Lord Siva are unfathomable.

You must all sing the hymns of Lord Siva and obtain his grace and salvation not in the unknown future, but right now in this very second. You can please Lord Siva easily. Fast on the Sivaratri day. If you cannot do this, take milk and fruits. Keep perfect vigil the whole night and sing His glories and repeat Om Namah Sivaya. May the blessings of Lord Siva be upon you all!

निराकारमोंकार-मूलं तुरीयं गिराज्ञान-गोतीतमीशं गिरीशम् ।

करालं महाकाल-काल कृपालु गुणागार-संसार-पारं नतोऽहम् ।।

I bow to the Supreme Lord, Who is formless, the source of Omkara and the fourth state, beyond speech, understanding and sense-perception, Ruler of Kailasa (Mount), devourer of even the Time-Spirit, terrible yet gracious, abode of virtues and extra-cosmic.

-Rudrashtakam-2

VISHWANATHA MANDIR

Sri Swami Sivananda

Lord Krishna stands with His flute.
Lord Siva sits in front
And hears the flute
Nandi the door-keeper rejoices.

Parvati to the right prays.
Ganesh to the left blesses.
Rama and Sita to the right
Stand enraptured.

Lakshman and Hanuman to the left
Serve and watch.
Siva Ram, the Rawal
Chants Rudri and Chamaka.

Parthasarathy, the Asst. Rawal
Prepares the lights
Siva sings Kirtan.
Bhaktas ring the bells.

All enjoy divine bliss and Prasad.
Glory indescribable!
Come and share, friends!
Greetings to you all.

तुषाराद्रि-संकाश-गौरं गभीरं मनो-भूत-कोटि प्रभास्वच्छरीरम् ।

स्फुरन्मौलि-कल्लोलिनी-चारु गङ्गा लसत्भाल-बालेन्दु कण्ठे-भुजङ्गा ।।

I adore Him, Who is possessed of a form white as the snow-clad Himalayas, radiant with the beauty of a myriad Cupids, Whose head sparkles with the lovely stream of the Ganges, Whose forehead is adorned by the crescent moon and the neck coiled by a serpent.

-Rudrashtakam-3

THE RATIONALE BEHIND PRAYER

Sri Swami Chidananda

God, not only being transcendental, but also being immanent, not only being immanent but also being a specific indwelling divine principle within each and every body, why is there so much difficulty in attaining that which is nearer to us than anything else in all the universe?

Even if the most proximate thing is by your side, if you turn your head the other way and look in the opposite direction, you will not be able to see it. That is the trouble. That is the problem. There is nothing wrong with God, nothing wrong with His immanence, nothing wrong with His immediacy. What is wrong is that our gaze is elsewhere. So everything is wrong with the direction we have decided to turn our gaze to.

Therefore, all the saints and mystics have prayed, "O Lord, bless me and grant that I may constantly remember You. Let my mind be constantly thinking of You. Let my entire being look only in Your direction, and may I have no eyes for anything else, no ears for anything else. Having ears, let me hear nothing except Your name, Your description, Your glories, Your praise from saints, scriptures, teachers, mystics, Yogis. Having eyes, let me see nothing except things pertaining to You, things that will help me to move towards You. Having a mind, let it think of nothing, but think only of You."

In this way, through all our faculties, let us become only God-oriented. Let all our faculties move only in His direction. Let us make up our mind to refuse to focus upon anything else except the supreme, ultimate, almighty, universal Spirit Divine, our ultimate goal supreme. This then is the way.

चलत् - कुण्डलं शुभ्र नेत्रं विशालं प्रसन्नाननं नीलकण्ठं दयालुम् ।

मृगाधीश-चर्माम्बरं मुण्डमालं प्रियं शंकरं सर्वनाथं भजामि ।।

I adore the all-merciful Sankara, Who has tremulous rings hanging from His ear-lobes, Who is possessed of beautiful eye-brows and large eyes, Who has a cheerful countenance and a blue speck on His throat and Who has a lion-skin wrapped round His waist and a garland of skulls round His neck.

-Rudrashtakam-4

Therefore, we pray to the Supreme Being every morning to bless us that we may have the ability and strength to do so. We pray to Him. This leads us into another quandary, another difficulty, another paradox. All religions, all scriptures, all prophets have declared that God is omniscient. Does He not know our predicament? When He is omniscient and He thus knows our situation, why should we pray? Does He not know? Can He not set it right?

A baby knows nothing, it cannot express itself. But the mother, through her love and care, intuitively grasps, “Oh something is wrong with baby's tummy. It's feeling discomfort: therefore it is crying.” God is more than father and mother. He is everything to us, ten times more than any earthly mother that Brahma has ever created. That being so, where is the need to bring anything to His notice, as though He doesn’t know it? Does He need to be told? He is the eye of our eye, ear of our ear, heart of our heart, mind. So what is the purpose of prayer, the meaning of prayer? This is the paradox and question that faces us when we say, "Prayer can overcome all things."

A cloth gets soiled. We wish to make it clean, white and shining once again. So we put it in a bucket of hot water add soup powder. We clean it. The water is not in need of the cloth, nor is the soap. They can serve many other purposes, yet we bring them together. Why? Because the cloth is in need of water, it is in need of soap. Therefore, it goes into the proximity, into an

active, dynamic contact with the water and soup. And it comes out clean, white completely free from all dirt. It is restored to its original purity

That is the logic behind prayer. Not because the Lord needs to be told, not because He does not know. He knows everything. It is because the one who prays is benefited, is blessed by the contact he creates through prayer. Prayer has gained an essential place in the context of the mystical aspects of all the living religions of the world. They all emphasis prayer. Not because we are telling Him something that He does not know, that He has to be told, but because the very act of telling Him elevates us, sanctifies us, blesses us. Therefore, it is that we pray.

प्रचण्डं प्रकृष्टं प्रगल्भं परेशं अखण्ड भजे भानु-कोटि-प्रकाशम् ।

त्रयी-शूल-निर्मूलनं शूलपाणि भजेऽहं भवानीपतिं भाव-गम्यम् ।।

I take refuge in Bhavani's spouse, the supreme Lord, terrible, exalted, intrepid, indivisible, unborn and invested with the glory of a myriad suns, Who roots out the threefold agony and holds a trident in His hand and who is accessible only through love.

-Rudrashtakam-5

Even so, let us pray to revered and beloved Holy Master that by his blessings, we will be enabled to constantly keep ourselves in a state of continuous contact and communion with the Supreme Being, for that is the greatest good of man. In that lies, the highest welfare of the human individual. In that lies, the fulfilment and success of the pilgrim soul upon earth, success in ultimately completing this journey of life by reaching the destination not having to come back again to repeat this journey, but making it the final journey.

Supremely blessed are those who are thus graced by the Almighty Spirit Divine and blessed by their spiritual master. May all of you who sit and hear these words be thus graced by God and Guru. God bless you all!

कलातीत-कल्याण-कल्पान्तकारी सदा सज्जनानन्ददाता पुरारिः ।

चिदानन्द-सन्दोह-मोहापहारी प्रसीद प्रसीद प्रभो मन्मथारिः ।।

Beyond part, ever blessed, bringing about universal destruction at the end of each round of creation, a source of perpetual delight to the virtuous, slayer of the demons of Tripuras, consciousness and bliss personified, dispeller of delusion, be propitious my Lord, he propitious, destroyer of Cupid!

-Rudrashtakam-6

HAIL! VISHWANATH

Sri Swami Sivananda

Hail, hail! O Vishwanath,
O Lord of the Universe,
Consort of Uma, Beloved of Gauri.

Thou hast preferred to dwell now
In this Ananda Kutir-Sivananda Ashram,
On the banks of the Ganga.

Thou hast left Thy favourite abode
Mount Kailas, and Varanasi even,
Thou hast shown great mercy unto us.
This is Thy nature, O Shambho!
Bless us, protect us, guide us, O Sadasiva!

We will recite Rudri,
We will give Thee hot Khichadi in the morning
And a little Gud at night.
Pray, accept this our humble offering.

Make Thyself quite comfortable here. O Lord!
In this little Sri Vishwanath Mandir
Which is surrounded by Bael trees,
And dwell here for ever and ever.
Bless Thy devotees, O Mahadea!
Who do Sadhana here.

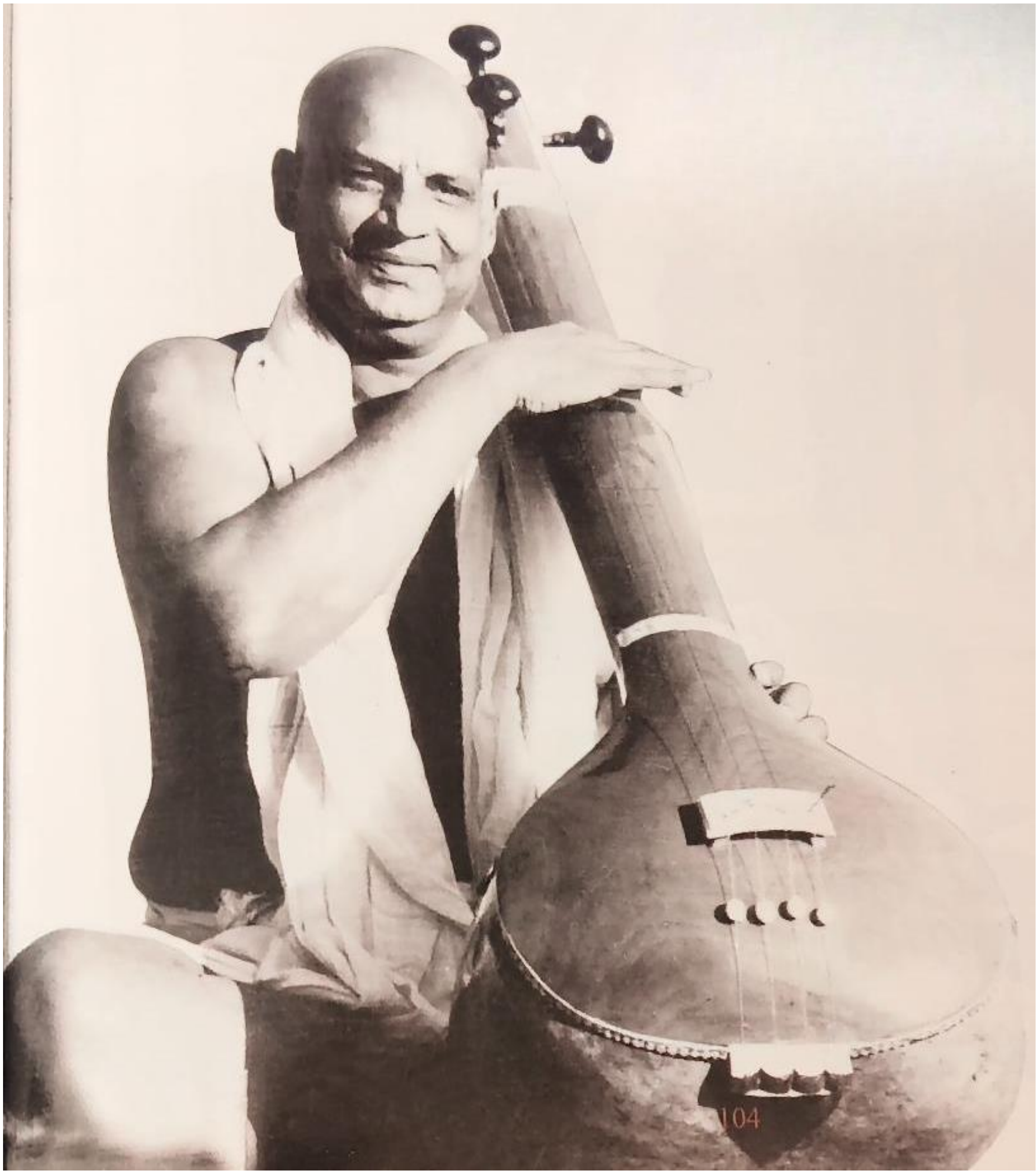
Let us behold Thy Tandava, O Siva!
That produces thrill in the heart.
Salutations unto Thee, O Hara!
O Tripurari, O Neelakantha!

न यावद्-उमानाथ-पादारविन्दं भजन्तीह लोके परे वा नराणाम् ।

न तावत्सुखं शान्ति-सन्ताप नाशं प्रसीद प्रभो सर्वभूताधिवास ।।

So long as men worship not the lotus-feet of Uma's Lord, there is no happiness nor peace nor cessation of suffering for them, either in this world nor the next. Therefore be propitious my Lord, dwelling in the heart of all living beings.

-Rudrashtakam-7


104

REGULAR WORSHIP UNVEILS THE DIVINITY IN THE IDOL

Sri Swami Sivananda

Regular worship, Puja and other modes of demonstrating our inner feeling of recognition of Divinity in the idol unveils the Divinity latent in it. This is truly a wonder and a miracle. The picture comes to life. The idol speaks. It will answer your questions and solve your problems. The God in you has the power to awaken the latent Divinity in the idol. It is like a powerful lens

that focuses the sun's rays on to a bundle of cotton. The lens is not fire and the cotton is not fire either, nor can the sun's rays, by themselves, burn the cotton. When the three are brought together in a particular manner, fire is generated and the cotton is burnt. Similar is the case with the idol, the Sadhaka and the all-pervading Divinity. Puja makes the idol shine with Divine resplendence. God is then enshrined in the idol. From here, He will protect you in a special manner. The idol will perform miracles. The place where it is installed is at once transformed into a temple, nay, a Vaikuntha or a Kailasa in reality. Those who live in such a place are freed from miseries, from diseases, from failures and from Samsara itself. The awakened Divinity in the idol acts as a guardian angel blessing all, conferring the highest good on those who bow to it.

THE IMAGE A MASS OF CHAITANYA

The idol is only a symbol of the Divine. A devotee does not behold therein a block of stone or a mass of metal. It is an emblem of God for him. He visualises the Indwelling Presence in the Murti or image. All the Saiva Nayanars or saints of South India attained God-realisation through worship of the Lingam, the image of Lord Siva. For a devotee, the image is a mass of Chaitanya or consciousness. He draws inspiration from the image. The image guides him. It talks to him. It assumes human form to help him in a variety of The image of Lord Siva in the temple of Madurai in South India helped the fuel-cutter and the old woman. The image in the temple of Trupati assumed human form and gave witness in the court to help His devotees. There are marvels and mysteries. Only the devotees understand these.

न जानामि योग जपं नव पूरा नतोऽहं सदा सवदा देव तुभ्यम् ।

जरा-जन्म-दुःखीघ तातप्यमानं प्रभो पाहि शापान्त्रमामीशशम्भो ।।

I know not Yoga, nor Japa, nor rituals. I simply bow to you at all times, at every moment, O Shambo! Pray, protect me, my Lord, miserable and afflicted by sufferings attendant on old age and birth (and death) as I am, O Lord Shambo!

-Rudrashtakam-8

WHEN IDOLS BECAME ALIVE

For a Bhakta or a sage there is no such thing as Jada or insentient matter. Everything is Vasudeva or Chaitanya Vasudevah sarvam iti. The devotee beholds actually the Lord in the idol Narsi Mehta was put to the test by a Raja. The Raja said "O Nars, if you are a sincere devotee of Lord Krishna, if as you say the idol is Lord Krishna Himself let this idol move." According to the prayer of Narsi Mehta, the idol moved. The sacred bull Nandi before Siva's idol took the food offered by Tulasides. The Murti played with Mira Bai. It was full of life and Chaitanya for her.

When Appayya Dikshitar went to Tirupati temple in South India, the Vaishnavas refused him admission. The next morning, they found the Vishnu Murti in the temple changed into Siva Murti. The Mahant was much astonished and startled, asked pardon and prayed to Appayya Dikshitar to change the Murti again into Vishnu Murti

Kanaka Das was a great devotee of Lord Krishna in Udupi, in the district of South Kanara in South India. He was not allowed to enter the temple on account of his low birth. Kanaka Das went round the temple and saw a small window at the back of the temple. He seated himself in front of the window. He was soon lost in singing songs in praise of Lord Krishna. Many people gathered round him. They were very much attracted by the sweet melody of his music and the depth of his devotion, Lord Krishna turned round to enable Kanaka Das to get His Darshan. The priests were struck with wonder. Even today, pilgrims are shown the window and the place where Kanaka Das sat and sang

The Murti is the same as the Lord, for it is the vehicle of expression for the Mantra-Chaitanya which is the Devata The same attitude, should the devotee have in regard to the Murti in the temple, which he would evince if the Lord would appear before him in person and speak to him in articulate sound

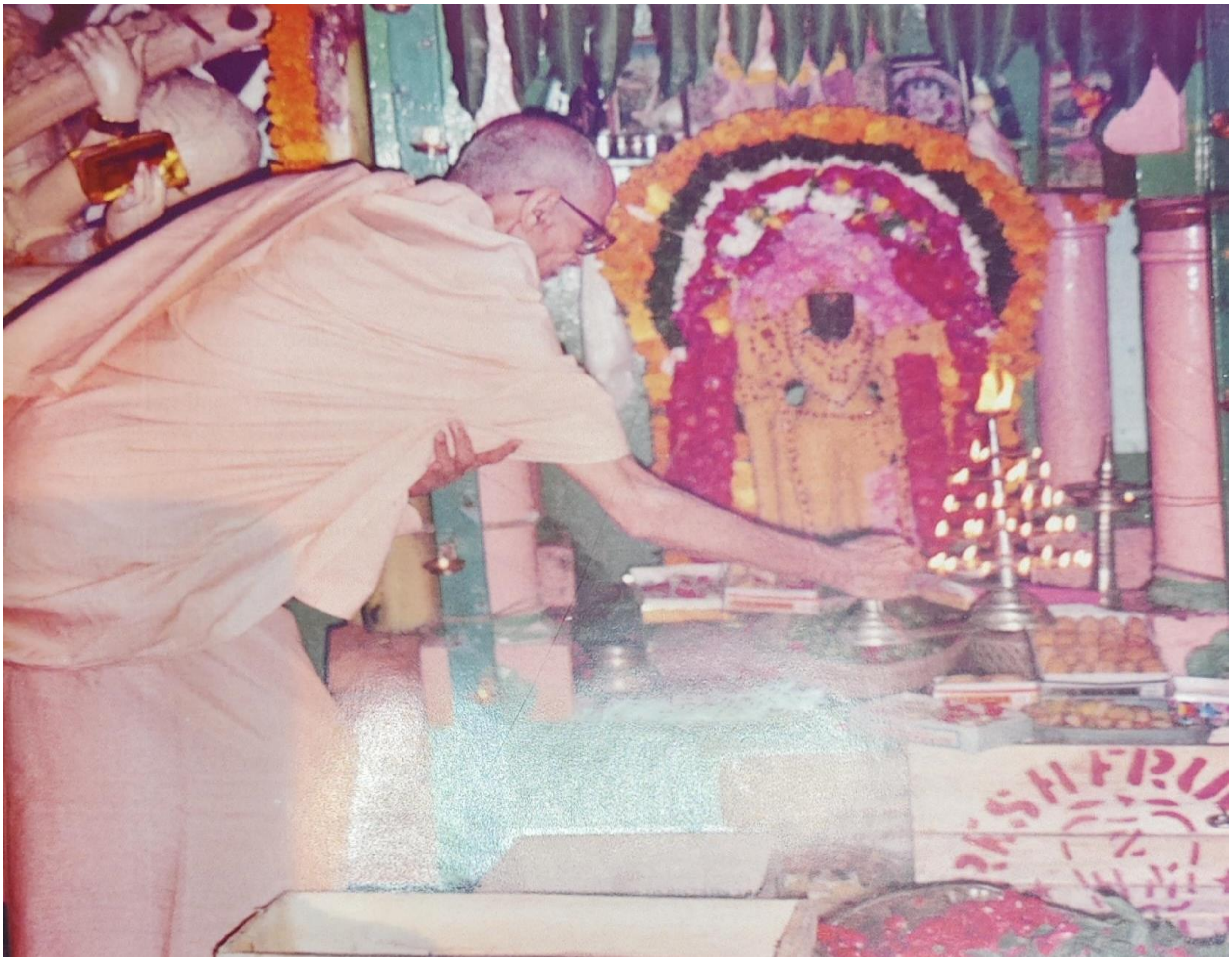
ब्रह्ममुरारिसुराचिंत लिङ्ग निर्मलभाषितशोभितलिङ्गम् ।

जन्मजदु खविनाशकलिङ्गं तत्प्रणमामि सदाशिवलिङ्गम् ।।

I bow before that Sadasivalinga, which is adored by Brahma, Vishnu and the other gods, which is prated by pure and holy speeches and which destroys the cycle of births and deaths.

-Lingashtakam-1

VEDANTA AND IDOL WORSHIP



A pseudo-Vedantin feels himself ashamed to bow or prostrate before an idol in the temple. He feels that his Advaita will evaporate if he prostrates. Study the lives of the reputed Tamil saints Appar, Sundarar, Sambandhar, etc. They had the highest Advaitic realisation. They saw Lord Siva everywhere and yet they visited all temples of Siva, prostrated before the idol and sang hymns, which are record now. The sixty-three Nayanar saints practised Chartyai and Kriyai only and attained God-realisation thereby. They swept the floor of the temple, collected flowers, made garlands for the Lord and put on lights in the temple. They were illiterate, but attained the highest realisation. They were practical Yogis and their hearts were saturated with pure devotion. They were an embodiment of Karma Yoga. All practised the Yoga of Synthesis. The idol in the temple was all Chaitanya or consciousness for them. It was not a mere block of stone.

Madhusudana Swami, who had Advaitic realisation, who beheld oneness of the Self who had Advaitic Bhava, was intensely attached to the form of Lord Krishna with flute in His hands.

Tulasidas realised the all-pervading essence. He had cosmic consciousness. He communed with the all-pervinding, formless Lord And yet his passion for Lord Rama with how in His hand did not vanish When he had been to Brindavan and saw the Murti of Lord Krishna with flute in His hands, he said "I will not bow my head to this form." At once Lord Krishna's form assumed the form of Lord Rama: Then only he bowed his head Tukaram also had the same cosmic experience as that of Tulsidas. He sings in his Abhanga,"I see my Lord all-pervading, just as sweetness pervades the sugar-cane" and yet he always speaks of his Lord Vithala of Pandharpur with His hands on the hips. Mira also realised her identity with the all-pervading Krishna and yet she was not tired of repeating again and again, "My Giridhar Nagar."

देवमुनिप्रवरार्चित लिङ्ग कामदहं करुणाकरलिङ्गम् ।

रावणदर्पविनाशनलिई तत्प्रणमामि सदाशिवलिङ्गम् ।।

I bow before that Sadasivalinga, the destroyer of Cupid, which the Devas and the sager worship, which is infinitely compassionate and which subdued the pride of Ravana

-Lingashtakam-2

From the above facts, we can clearly infer that one can realise God through worship of Murts or idol that the worship of the Lord in Saguna form is great aid for Vedantic realisation also and for the realisation of the Lord in His all-pervading, formless aspect and that the worship of the Murti

is very essential for the purpose of concentration and meditation in the beginning and that such a worship is not in any way a hindrance to the attainment of God-consciousness and those who vehemently attack Murti Puja are groping in extreme darkness and ignorance. They have no real knowledge of Puja and worship and they enter into unnecessary, vain debates and discussions against Murti Puja to show that they are learned persons. They have not done any real Sadhana at all. They are persons who have made idle talking and tall talk as their habit and profession. They have ruined themselves. They have unsettled the minds of countless persons and ruined them also. The whole world worships symbols and Murtis only in some form or the other. The mind is disciplined in the beginning by fixing it on a concrete object of symbol, When it is rendered steady and subtle, it can be fixed later on an abstract idea such as "Ahara Brahma Asmi" When one advances in in meditation, the form melts in the formless and he becomes one with the formless essence. Image worship is not contrary to the view of Vedanta. It is rather a help

सर्वसुगन्धिसुलेपितलिङ्गं बुद्धिविवर्धनकारणालिङ्गं ।

सिद्धमुरासुरवन्दितलिङ्गं तत्प्रणमामि सदाशिवलिङ्गं ५।।

I bow before that Sadasisalinga, which is lavishly smeared with variegated perfumes and scents, which elevates the power of thought and enkindles the light of discrimination, and which the Siddhas, the Suras and Asuras prostrate before.

-Lingwihta 3

THE WORSHIP OF LORD SIVA

Sri Swami Krishnananda

In religion, Lord Siva pictured in manifold On the one hand Lord Sivas adorned as a most easily accessible god-one who is immediately pleased- on account of which Lord Siva is called Ashutosh The goodness of Lord Siva and the quickness of his benedictions oftentimes make religious propounders imagine that He grants things without thought and He is also called Bhole Baba: one who can be easily duped by devotees. But, Lord Sivais is not so easily duped The Bhole Baba attribute should not be taken as being childish in behaviour or ignorant of the pros and cons of action, as that is not the meaning of Bhole Baba It means utter simplicity, Utter goodness goes with utter simplicity.

Stories in the Puranas that bring forward into highlight this particular character of Lord Siva as goodness, simplicity, and being quickly pleased are abundant. Most of these stories are in the

Siva Purana, and some of them seem very humorous and make us laugh. But at whom are we laughing? Are we laughing at Lord Siva Himself? It looks that way. When certain behaviours which are incongruous in the ordinary sense are attributed to Lord Siva, we smile and laugh in a gentlemanly manner, imagining thereby that we would not behave in that way. We attribute a sense of wisdom to our own selves which cannot be granted to Lord Siva

These stories are analogies, and analogies and examples should not be stretched to the breaking point. Every example has a specific limitation, and should be taken as valid within that limitation only. For instance, in Vedanta terminology, this world is compared to a snake appearing in the rope which is Brahman. This is an analogy, it has a limited scope, and it should not be stretched beyond that limited scope of meaning. The idea is that as in twilight, the illusion of a snake-like feature can he soon while it is actually a rope, this world looks like a diversified multifarious reservoir of objects of sense while it is actually eternal Consciousness scintillating in the form of these so-called objects. It does not mean that Brahman is long like a rope or has a tail like a snake. That is not a permissible way of using the analogy.

कनकमहामणिभूषितलिङ्गं फणिपतिवेष्टितशोभितलिङ्गम्।

दक्षमुपज्ञविनाशनलिङ्ग तत्प्रणमामि सदाशिवलिङ्गम् ।।

I bow before that Sadesivalinga, the destroyer of Daksha's sacrifice, which is decorated with various ornaments, studded with different gems and rubies and which glows with the serpent lord coiled around.

-Lingashtakam-4

Immensely good is God. Sometimes this immense goodness of God may look like breaking the law that He Himself has created. Many times it is said that God made the law, and He cannot break the law which He Himself has made. Karma binds, and so on and so forth, is told to us. But there is some super-departmental executive power which God has that cannot be bound by departmental laws, which of course are created by flis own sanction- under His signature, perhaps, Under special condition, God can suddenly set at naught everything. Normally He does not interfere in things. Normally, the law of the universe works. Karma operates as it ought to operate. But it does not operate in the case of certain specific aspirations emanating from exceptionally great devotees whose hearts have been united in such intimacy with God's existence that the intimacy breaks the distinction between the devotee and the Supreme Being. When this distinction is no more to be seen, all legal enactments cease to operate. When intense love pours itself forth, legal mandates cease to operate. But, intense love is not seen in this world. Therefore, laws very strictly bind us.

Intense love is a love that seeks nothing in return for the expression of that love. A give-and-take policy in love-if you do this, I do this, if you do not do this, I do not do this is called Gauna Bhakti, the secondary devotion that ritualistic devotees entertain in their hearts, and the long train of law operates in their case. But unconditional affection which is not seen and cannot be

seen in this world because of the very nature of the world, and therefore transcends the world in many ways makes God run to the devotee without sending any attendants, messengers, clerks, etc, to ask what the devotee wants

Thus, Lord Siva is Bhole Baba, Ashutosh, immediately granting boons, but only to those whose love is not hypocritical, whose love is not a double-dealing, whose love is not make believe, whose love is not to get something ulterior, because God is not an ulterior object or an ulterior motive. The simplicity of God is due to the immensity of God's existence, and the nearness of this immensity to the soul of the devotee. That is why it looks so simple. Otherwise, it is not so simple. If even a little distance is created between the lover and the beloved, no one can be as hard as God

कुंकुमचन्दनलेपितलिङ्ग पंक जहारसुशोभितलिङ्ग ।

सञ्चितपापविनाशनलिई तत्प्रणमामि सदाशिवलिङ्गम् ।।

I bow before that Sadasivalinga, which is smeared with saffron and sandal-paste, which is fair with lotus-garlands and which extirpates the multitude of all accumulated sins.

-Lingashikam-5

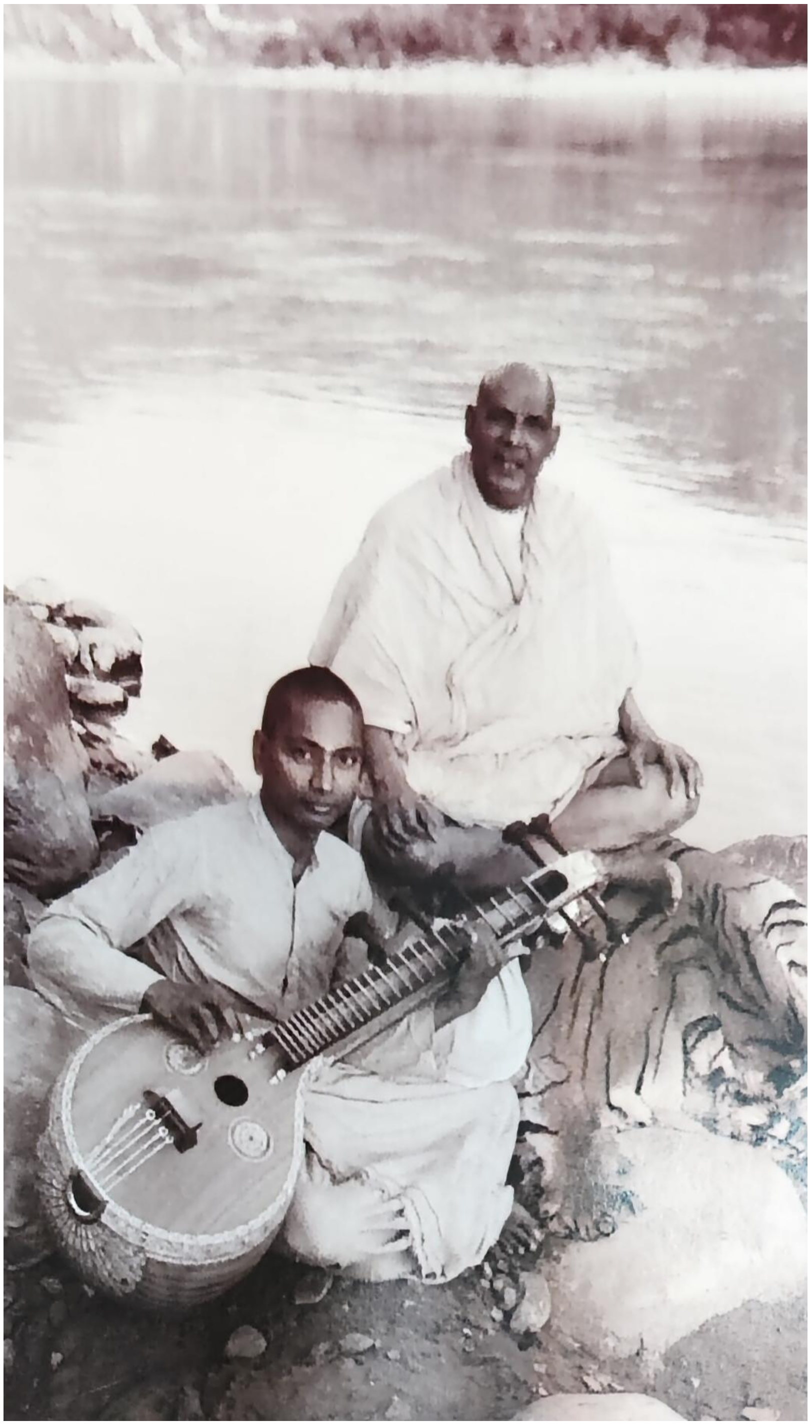
देवगणार्चितसेवितलिङ्ग भावैर्भक्तिभिरेवच लिङ्गम् ।

दिनकरकोटिप्रभाकरलिङ्ग तत्प्रणमामि सदाशिवलिङ्गम् ।।

I bow before that Sadasivalinga which is worshipped by the multitude of gods with genuine thoughts full of faith and devotion and whose splendour is like that of million suns.

-Linashtakam-6

God is the beloved. In this world, the lover and the beloved are not identical things. They are two, and therefore they shall ever remain two, and remain subject to bereavement and destruction. The lover cannot merge into the beloved, and vice versa. And, until this is done, love is not complete; until this is done, devotion is not complete. It is when the devotion is really complete that the great Lord manifests Himself as the child who can sweep our floor, bring the meal that we require, wash our clothes. We hear instances of this kind in the lives of saints of Maharashtra such as Eknath, Namdev, etc. Lord Sri Krishna came as a little boy called Kandiya Krishna; he washed their clothes, swept their floor, and did other menial work for Eknath and Namdev, When it was discovered that He had come in this form, He vanished.



Our hearts are hard like granite. Whatever be the religiosity and the traditional aspiration for religious life that many manifest, it is actually a dying to live for the sake of God. The destruction that is associated with Lord Siva he is called the Lord of Death as He destroys everything, swallows everything at the end of time is actually the destruction of that element in every one of us, whose presence prevents Him from coming near us. What that element is, each one of us

has to ransack within one's own heart and see that it is taken out so that the flood from outside unites itself with the flood that is arising from inside. This is God-union.

PHILOSOPHY OF SIVA TANDAVA

Sri Swami Sivananda

The Tandava or celestial dance of Lord Siva is extremely thrilling and charming, exquisitely graceful in pose and rhythm and intensely piercing in effect.

Nritya or Tandava is an inseparable, sacred movement of the various limbs of the body in accordance with the inner divine Bhav.

The dance of Lord Siva is for the welfare of the world. The object of His dance is to free the souls from the fetters of Maya, from the three bonds of Anavamal, Karma and Mayamal. He is not the destroyer but He is the regenerator. He is the Mangal Data and Ananda Data, bestower of auspiciousness and bliss. He is more easily pleased than Lord Hari. He grants boons quickly, for a little Tapas or a little recitation of His five letters.

अष्टदलोपरिवेष्टितलिङ्ग सर्वसमुद्भवकारणलिङ्गम्।

अष्टदरिद्रविनाशितलिङ्ग तत्प्रणमामि सदाशिवलिङ्गम् ।।

I bow before that Sadasivalinga , destructive of all poverty in its eight aspects, which is the cause of all creation and which stands on the eight Dalas.

-Lingashtakam-7

Aghad Bhum is His song of dance. When Siva starts His dance, Brahma, Vishnu, the Siva Ganas and Kali with Her bowl of skull join Him. Have you not seen the picture of Pradosha Nritya? It will give you an idea of the dance of Siva.

Kali was very proud of Her ability in dancing. Siva started dancing to quell Her pride. He danced very beautifully. very artistically. Kali had to put Her face down in shame.

Lord Siva wears a deer on the left upper hand. He has trident on the right lower arm. He has fire and Dumaru and Malu or a kind of weapon. He wears five serpents as ornaments. He wears a garland of skulls. He is pressing, with His feet the demon Muyalaka, a dwarf holding a cobra. He faces south. Panchakshari itself is His body. Lord Siva says, "Control the five senses which are hissing like serpents. The mind is jumping like a deer Control the mind. Burn it in the fire of meditation. Strike it down with the rod of Trishula of discrimination. You can attain Me." This is the philosophical significance of the picture of Lord Siva

You can witness the dance of Siva in the rising waves of the ocean, in the oscillation of the mind, in the movements of the senses and the Pranas, in the rotation of the planets and constellations, in cosmic Pralaya, in epidemics of infectious diseases, in huge inundations and volcanic eruptions, in earthquakes, landslips, lightning and thunder, in huge conflagrations and cyclonic storm.

सुरगुरुसुरवरपूजितलिङ्ग सुरवनपुष्पसदार्चितलिङ्गम् ।

परात्परं परमात्मक लिङ्ग तत्प्रणमामि सदाशिवलिङ्गम् ।।

I bow before that Sadasivalinga which is the Transcendent Being and the Supreme Self, worshipped by all Suras with their priest ahead, with innumerable flowers from the celestial gardens.

-Lingashtakam-8

As soon as the Guna Samya Avastha wherein the three Gunas exist in a state of equilibrium is disturbed by the will of the Lord, the Gunas manifest and quintuplication of elements takes place. There is vibration of Omkara or Shabda Brahman. There is manifestation of primal energy. This is the dance of Siva. The whole cosmic play or activity or Lila is the dance of Siva. All movements within the cosmos are His. He gazes on Prakriti and energises Her. Mind, Prana, matter begins to dance. When He begins to dance, the Shakti Tattva manifests. From Shakti, Nada proceeds and from Nada. Bindu originates. Then the universe of names and forms is projected. The undifferentiated matter, energy and sound become differentiated.

The burning grounds are the abodes of Siva. Rudra is the destructive aspect of the Lord. Lord Siva dances in the crematorium with Kali in His ten-armed form. The Siva Ganas also join with Him in the dance.

Nataraja of Chidambaram is the expert dancer. He has four hands. He wears the Ganges and the crescent moon on his matted locks. He holds Damaru in his right hand. He shows Abhaya Mudra to his devotees with His raised left hand. The significance is 'O devotees, do not be afraid. I shall protect you all. ‘One left hand holds the fire. The other right hand points down on the Asura Muyalaka who is holding a cobra. He has raised the left foot in a beautiful manner.

The sound of the drum invites the individual souls to His feet. It represents Omkara. All the Sanskrit alphabets have come out of the play of the Damaru. Creation arises from Damaru. The hand which shows Abhaya Mudra gives protection. Destruction proceeds from fire. The raised foot indicates Maya or illusion. The hand which points down shows that His feet are the sole refuge of the individual souls. Tiruakshi represents Omkara or Pranava.

Chidambaram is a sacred place of pilgrimage in south India. All the Tamil saints have sung hymns in praise of Nataraja. There is Akasha Lingam here which indicates that Lord Siva is formless and attributeless. The popular saying goes, ‘He who dies in Benares with Ram Nam on his lips and in heart attains salvation. He who remembers Arunachalam or Tiruvannamalai attains Mukti. He who gets Darshan of Nataraja attains final emancipation. Real Chidambaram is within the heart. Nataraja dances in the hearts of devotees who have burnt egoism, lust, hatred, pride and jealousy.

मधुस्फीता वाचः परमममृतं निर्मितवतः तव ब्रह्मन्किं वागपि सुरगुरोर्विस्मयपदम् ।

मम त्वेतां वार्णी गुणकथनपुण्येन भवतः पुनामीत्यर्थेऽस्मिन् पुरमथन बुद्धिर्व्यवसिता ।।

O Lord, You are the Creator of honey-sweet words (the 'Vedas'). Your praise even by Brahma cannot astonish You. Therefore, O Lord, I am applying myself to Your praise merely with a view to sanctify my tongue with a hymn to Your glory.

-Sivamahimna Stotram 3

He dances quite gently. If He dances vehemently, the whole earth will sink down at once He dances with His eyes closed because the sparks from His eyes will consume the entire universe. The five activities of the Lord (Panchakrityas) viz., Srishti (creation). Sthiti

(Preservation), Samhara (destruction), Tirobhava. (illusion) and Anugraha (grace) are the dance of Siva.

May you all comprehend the true significance of the dance of Siva. May you all dance in ecstasy in tune with Lord Siva and merge in Him and enjoy the Sivananda, the final beatitude of life.

कदा निलिम्पनिर्झरीनिकुञ्जकोटरे वसन् विमक्तदुर्मतिः सदा शिरःस्थमञ्जलिं वहन् ।

विलोललोललोचनो ललामफालग्नकः शिवेति मन्त्रमुच्चरन् कदा सुखी भवाम्यहम् ।।

When will I be having the joy of devoting myself to Lord Siva with a beautiful spear, having left off my evil-passions, having taken residence in a grove near the Ganga, folding my hands above my head and reciting the name of Lord Siva with a fixed mind?

-Sivatandava Stotram 13

ALWAYS BE IN THE DIVINE

Sri Swami Vimalananda

Life is very precious. It is very difficult to attain a human birth. After passing through millions of lives in all the different species, ultimately we get this human birth. Having taken this human life, it should be utilized to attain a state of perfection. As God is perfect, He has put all the required elements in you to attain that state of perfection.

Upon the day of judgement, you will not be asked how much wealth you possessed, what educational qualifications you had. You will be asked what happiness you brought into the lives of others; how many tears you wiped from sorrowful eyes; how many people you have uplifted. Only these questions will be asked. Therefore, Gurudev says, "Live a Divine Life".

What is Divine Life? Divine Life is a life lived in awareness of the Divine. Divine Life is a life of simplicity and purity. So, live such a Divine Life. Not only be happy, but make others happy.

Every day when you wake up, don't rush from the bed to get ready. Sit for a while on your bed and contemplate on the Divine and say, "I thank Thee, O Lord, for having given me this wonderful day. Let me remember Thee from morning till I retire to bed at night. And all the work that I do, let me offer unto Thee as Thy worship." If you perform your work in this spirit, wherever you are, whatever you are doing-vacuuming the carpet, making the coffee, working at your office whether you are a Yogi or a Bhogi (one who enjoys life), you will always be in the Divine.

कर्मभिर्भ्राम्यमाणानां यत्र क्वापीश्वरेच्छया ।

मङ्गलाचरितैर्दानै रतिर्नः कृष्ण ईश्वरे ।।

In whatever condition we are born according to our Karma and by the Lord's will, may we, by virtue of all our pious deeds and charitable gifts, have always unflinching devotion to Krishna.

-Srimad Bhagavata 10.47.67

They say human beings are created in the image of God, so we must try to awaken and unfold the divinity that is the Divine, but yet, you may not know how to begin your spiritual life. The mind gropes in confusion. It is at this stage that the help of a great Guru is indispensable.

What is the definition of a Guru? Gu' means the darkness of ignorance; 'Ru' means the one who removes this darkness and brings the light of God-consciousness. That is the meaning of the word 'Guru". The Guru does not tell you that he will carry you on his shoulders. What he does is to throw a flood of light illuminating your path.

In this Iron Age, the human mind has become very weak. We don't have the stamina and the mental powers that our ancients had. The easiest way to purify our minds is by the constant

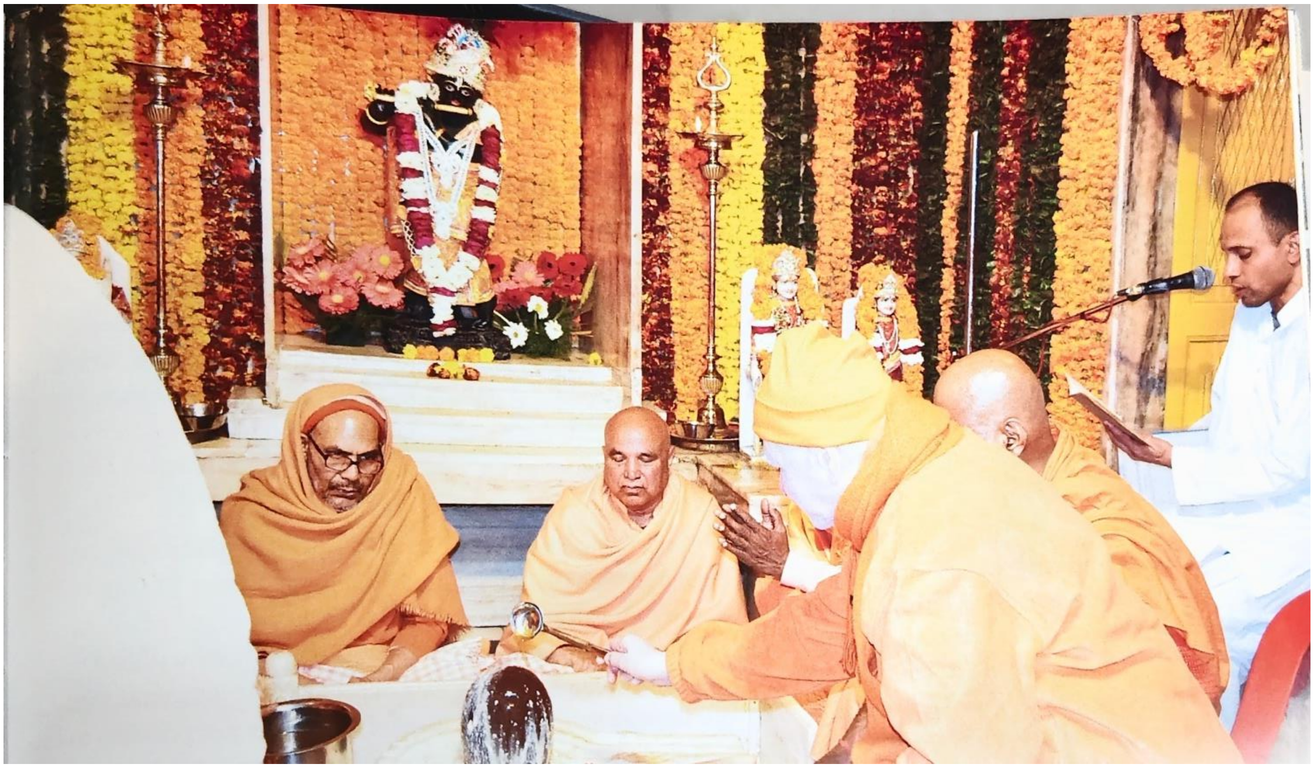
repetition of the Divine Name. Many great saints have attained illumination in this way. You must have heard of the renowned Papa Ramdas of Anandashram, Kanhangad, Kerala. The only path that he took was the constant repetition of the Name of the Divine: "Om Sri Ram Jai Ram Jai Jai Ram." That is all. But this brought him face-to-face with the Divine.

नाहमात्मानमाशासे मद्भक्तैः साधुभिर्विना ।

श्रियं चात्यन्तिकीं ब्रह्मन् येषां गतिरहं परा ।।

I do not value Myself or even Sri, who is ever associated with Me, as I do these holy men who have accepted Me as their supreme goal.

-Srimad Bhagavata 9.4.64



मुकुन्द मूर्धना प्रणिपत्य याचे भवन्तमेकान्तमियन्तमर्थम् ।

अविस्मृतिस्त्वच्चरणारविन्दे भवे भवे मेऽस्तु भवत्प्रसादात् ।।

O Mukunda, I prostrate before You in deep reverence and beseech You for this much only and nothing more. May I, through Your grace, never forget Your lotus feet in this life and the lives to come.

-Mukunda Mala-4

Just as a starving man hungers for food, like that you should hunger for God. Then the Presence of the ever-Present God will become revealed. One has to live such a life, then only will one realize God.

Amidst all the uncertainties in this world, one thing is certain: that one day we have to say goodbye to this world, and yet no one thinks about this! That is the wonder of wonders! Therefore, we should be wise. Some part of our time each day should be spent in divine contemplation. Hear the whisper in silence. Enter the silence. Realise the power of faith. Build the shrine of devotion in the heart. Feel God's sustaining Grace.

POWER OF DIVINE NAME

Sri Swami Nirliptananda

Worshipful Gurudev Swami Sivanandaji Maharaj has said that the Goal of life is God-realisation, as by realizing God a human being can attain Liberation or Moksha, through which one can be free from the round of repeated births and deaths, and from all sorrow, and attain eternal satisfaction and supreme bliss which everybody seeks in life. For realizing God, there are

different paths of Yoga like Karma Yoga or the Yoga of Action, Bhakti Yoga or the Yoga of Devotion, Raja Yoga of the Yoga of Meditation, and Jnana Yoga or the Yoga of Knowledge. Of these Principal Yogas, Bhakti Yoga or the Yoga of Devotion is the easiest and the simplest, and is within the reach of everybody. Everyone, learned or uneducated, young or old male or female, high or low, poor or rich, children or adults, all can practise devotion to God, and-realisation. In the past also, many have reached God through this easily.

Bhakti Yoga gives many ways of developing devotion to God. In the Bhagavata, Navadha Bhakti or nine important modes of cultivation of devotion have been indicated, out of which KIRTAN or chanting the Names of God or singing His glories is one. Just by chanting the Lord's Name, one can attain highest devotion to God, and reach the final Goal of life. It is also said that chanting the Divine Name destroys all sins. Whatever benefit one will not be able to get through austerities, or Yoga, or practice of Samadhi or complete absorption or super-conscious state, that benefit one can obtain in Kali Age easily and very well through singing the Names of God. It is not possible to practise all the tough disciplines of Yoga etc in present Kali Age or to succeed in them, but it is easy to chant the Divine Name and also attain the Goal without any difficulty, and surely and safely. From all this we can get a very good idea about the power of the Divine Name, and how efficacious it is.

मन्ये धनाभिजनरूपतपः श्रुतीज स्तेजः प्रभावबलपौरुषबुद्धियोगाः ।
नाराधनाय हि भवन्ति परस्य पुंसो भक्त्या तुतोष भगवान् गजयूथपाय ।।

I consider that wealth, high birth, personal beauty, austerities, learning, energy, wisdom and even Yoga practices are incapable of winning the grace of the Lord Hari who was pleased with the great elephant for his mere devotion.

-Srimad Bhagavata 7.9.9

In reality there is no difference between God and His Name Nama (the Divine Name) and Nami God whose Name it is) are one and the same. It is God only who manifests and comes to the world or to the devotee as the Divine Name to help him to be able to cultivate devotion through its chanting. That is why the Divine Name has all the Power of God and gives all the benefits like God, and is so helpful to the devotee.

Ajamila was a great sinner. But just by uttering the Name **"NARAYANA"** which is the Name of Lord Vishnu, without any idea or thought of taking God's Name, and although it was only for calling his youngest son who had that name, out of panic, when the Messengers of Lord Yama had come to take him, the Messengers of Lord Vishnu immediately appeared there and saved him from the Messengers of Yama, saying that he had chanted the Lord's Name by which all his sins had been destroyed. And, it was only for calling his son, and not as any act of devotion to God. Similarly, dacoit Ratnakar who had committed heinous crimes and was leading a very sinful life, became one of the greatest saints Maharshi Valmiki by repeating the Name "Rama" given to him by the Sage Narada, even though he did it in the reverse way as he was not able to

utter it straight. And because Prahlada was always repeating the Name “Hari” (the Name of Lord Vishnu), appeared as Lord Nrusimha and killed his demon-father Hiranyakashipu and saved him. Like this there are innumerable examples to show how the devotees have been benefited by chanting the Divine Name, as also the great Power of the Lord's Name.

Worshipful Gurudev Swami Sivanandaji Maharaj says that no matter whether you are a Vedantin or a Raja Yogi or a Karma Yogi or a Bhakta you should not leave the practice of the Divine Name. It should be an integral part of everybody's Sadhana. It is essential for every spiritual seeker or Sadhak or devotee. Such is the benefit of chanting the Divine Name. All Names of God are equally powerful and efficacious, and grant equal benefit.

तस्मादहर्निशं विष्णुं संस्मरन् पुरुषो मुने ।

न याति नरकं शुद्धः संक्षीणाखिलकल्मषः ।।

By constantly remembering Vishnu, day and night, man never goes to hell, because all his sins are washed away and he becomes free from all taint of sins.

--Vishnupurana

At the end of the Dwapara Age and beginning of Kali Age, Devarshi Narada asked Lord Brahma as to how he can face the Kali Age, since it has so much of impurities and troubles. In reply Lord Brahma said that just by chanting the Name of Lord Narayana, one can destroy the bad effects of Kali Age. This Name is **"HARE RAMA HARE RAMA RAMA RAMA HARE HARE, HARE KRISHNA HARE KRISHNA KRISHNA KRISHNA HARE HARE"**. It is called the Mahamantra, or the Great Mantra, consisting of sixteen Names of the Lord. By chanting this Mahamantra, the defects of Kali Age are destroyed. There are also no rules or restrictions for its chanting. It can be chanted by anybody, in any condition, whether pure or impure, clean or unclean, and at anytime, anywhere. No special qualifications are required for this either, and it is available and open to all, without any distinction or discrimination. By chanting this one Mantra, one can get all benefits and even Liberation, of the type Salokya (remaining in the same realm as that of God), Samipya (remaining in the proximity of God), Sarupya (attaining the same form as that of God), or Sayujya (being united with God). Hence one can understand its efficacy, power, and benefit, which is available for everybody.

Therefore, when the World War II was going on, and was at its peak, for bringing about an end to it, and for World Peace Gurudev Swami Sivanandaji Maharaj had started the Akhanda (continuous) Kirtan of Mahamantra in the Bhajan Hall of Sivananda Ashram, on 3rd December, 1943. The War came to an end very soon, in 1945, and thereafter also Gurudev advised to continue this continuous chanting of Mahamantra, for World Peace and Welfare of all mankind. And to this day it is continuing in Sivananda Ashram, and everybody should try to take part in it, for one's own benefit and for greater success and greater effect of the chanting. It is a great blessing of God that the Platinum Jubilee 75th Anniversary of the Akhanda Mahamantra Kirtan is being celebrated this year, and it is a very great auspicious thing for all.

सरसिजनयने सशंखचक्रे मुरभिदि मा विरमस्व चित्त रन्तुम् ।

सुखकरमपरं न जातु जाने हरिचरणस्मरणामृतेन तुल्यम् ।।

O Mind, never desist from taking delight in Murari whose eyes are comparable to lotus petals and who has for his emblem the conch and the discus. I do not at all know of anything else equivalent to the ambrosial remembrance of the feet of Hari in conferring bliss on us.

-Mukunda Mala-10

चक्रायुधस्य नामानि सदा सर्वत्र कीर्तयेत् ।

नाशीचं विद्यते तस्य स पवित्रकरो यतः ।।

Constantly sing or repeat the Name of God. At all times and in all places, sing the name of the Lord. Nothing is impure to Him. He is the purifier of all.

-Vishnupurana

Grurudev Swami Sıvanandaji Maharaj in his Poorvashram was from a Tamil Iyer Brahmin family Iyers are traditionally worshippers of Lord Siva. So, from the beginning Swamiji had great devotion for Lord Siva. When as Dr. Kuppuswami, he returned to India from Malaya (present Malaysia), and after a brief visit to his native place Pattamadai, he left home and renounced the world, he first visited Benares (Varanasi) and had Darshan of Lord Vishwanath (Lord Siva) and paid respects to Him. During his Swargashram days when he was doing Tapasya, he used to cross the Ganga and come to this side to do deep meditation in the area where Sivananda Ashram is located now. At that time it was all dense forest. After sometime, during his meditation in 1930 he had God-realisation, and had Darshan of Lord Krishna. It was at the place where the Vishwanath Temple now stands. Afterwards the idea came to Gurudev to establish the Vishwanath Temple at that very sacred place, and the Temple was consecrated on 31st December, 1943, and Lord Vishwanath was installed there in that Temple. Accordingly we have the Vishwanath Temple today in our Holy Sivananda Ashram. The Platinum Jubilee 75th Anniversary of the Installation of Sri Vishwanath Temple also falls this year in December, on 31st and is being celebrated in Sivananda Ashram.

किं तस्य बहुभिर्मन्त्रैर्भक्तिर्यस्य जनार्दने ।

नमो नारायणायेति मन्त्रः सर्वार्थसाधकः ।।

Of what avail are the numerous mantras to him, who is devoted to Janardana? "Salutations to Narayana" (Namo Narayanaya) is a mantra that can fulfill all our desires.

-Pandava Gita-64

नारायणेति मन्त्रोऽस्ति वागस्ति वशवर्तिनी ।

तथापि नरके घोरे पतन्तीत्यद्भुतं महत् ।।

The saving word "Narayana' is available to all and the faculty of speech is always under our benign control. Nevertheless, human beings are tumbling into the gruesome Naraka (hell). This is amazing indeed!

-Pandava Gita-63

Both these holy events, the Akhanda Mahamantra Kirtan and installation of Sri Vishwanath Temple, are very auspicious and have added greatly to the sanctity and holy atmosphere of the Holy Sivananda Ashram, giving immense spiritual benefit to one and all. It will be in the interest of everybody to take full advantage of the two sacred places Bhajan Hall and Sri Vishwanath Temple by extending support for these holy activities, chanting the Mahamantra and worshipping Lord Vishwanath and praying to Him, and participating in them actively and wholeheartedly, It is a great blessing for all, and the grace of God Almighty and blessing of Worshipful Gurudev Swami Sivanandaji Maharaj that the Twin Platinum Jubilee Celebrations are being observed by the Holy Ashram this year in December. May God and Gurudev bless all!

GLORY OF NAMA SANKIRTAN

Sri Swami Padmanabhananda

नाम संकीर्तनं यस्य सर्वपापप्रणाशनम् ।

प्रणामो दुःखशमनस्तं नमामि हरिं परम् ।।

-S.B. 12-13-23

I offer my salutations to that Hari, by chanting whose name man is freed from all sins, and by prostrations to whom, he is saved from all misery.

Worshipful Gurudev Sri Swami Sivanandaji Maharaj in his Universal Prayer fervently prays

Let us ever sing Thy glories.
Let Thy name be ever on our lips.

To enable the Sannyasis, Brahmacharis and guests of the
Sivananda Ashram to practice the above mentioned two
Sadhanas, Sri Gurudev started Akhanda Kirtan of Mahamantra

Hare Rama Hare Rama Rama Rama Hare Hare
Hare Krishna Hare Krishna Krishna Krishna Hare

at the Bhajan Hall of Headquarters Ashram on 3rd December 1943.

सेयं वदनवल्मीकवासिनी रसनोरगी।

या न गोविन्द गोविन्द गोविन्देति प्रभाषते ।।

That tongue which does not utter Govinda, Govinda, Govinda, is a serpent in the cavity of the mouth.

-Vishnusahasranama Bhashyam

गोकोटिदानं ग्रहणेषु काशी प्रयागगङ्गायुतकल्पवासः ।

यज्ञायुतं मेरुसुवर्णदानं गोविन्दनामस्मरणेन तुल्यम् ।।

Gifting away a crore of cows, bath in the sacred Kashi during the eclipse, dwelling on the banks of Ganges at Prayag for Ages, performance of thousands of sacrifices and the gift of gold as immense as the Mount Meru all there yield no more spiritual reward than the remembrance of the Name: 'Govinda."

-Pandava Gita-47

Gurudev has written over 300 books covering all aspects of spiritual practice like Hatha Yoga, Jnana Yoga, Bhakti Yoga, Dhyana Yoga, Raja Yoga etc. His emphasis was always on

Sankirtan. Highlighting the glory of Sankirtan, Sri Gurudev says, "Sankirtan is the easiest, surest, safest, quickest way for attaining God-consciousness. The singing of the Names of the Lord helps the devotees to control their minds easily. It elevates the mind at once from its old ruts or grooves to magnanimous heights of divine splendour and glory."

प्रगायतः स्ववीर्याणि तीर्थपादः प्रियश्रवाः ।

आहूत इव मे शीघ्रं दर्शनं याति चेतसि ।।

The great advantage of chanting the Name of the Lord is that it immediately makes us feel His presence in our heart as if He has promptly responded to our calling Him by His name.

-Srimad Bhagavata 1.6.34

Revered as 'Sankirtan Samrat, Sri Gurudev has composed a number of Kirtan Dhwanis which he used to sing ecstatically. They are sung till today in the holy Ashram and its branches all over the world.

Sankırtan Yoga is suitable for all types of people and for all times as it includes in itself Jnana, Bhakti, Dhyana, Pranayama etc. It helps us to forget the world and gives peace and joy.

जन्मैश्वर्य श्रुतश्रीभिरेधमानमदः पुमान् ।

नैवार्हत्यभिधातुं वै त्वामकिञ्चनगोचरम् ।।

The man whase vision is clouded by the pride of birth, wealth, learning and good fortune is not fit even to praise Thee who art easily attainable by the poor and the sinless.

-Srimad Bhagavata 1.8.26

दानं स्वधमर्मोनियमो यमश्च श्रुतं च कर्माणि च सव्रतानि ।

सर्वेमनोनिग्रहलक्षणान्ताः परो हि योगो मनसः समाधिः ।।

-S.B. 11-23-46

Charity, discharge of one's duties, practice of Yama and Niyama, study of scriptures, various kinds of rituals and vows all these aim at control of mind. Subjugation of mind and its establishment in peace is Samadhi. It is the highest Yoga

Sankirtan Yoga, singing of Bhagavan's Name helps one to achieve that peace and tranquility effortlessly. Gurudev has graciously given the best opportunity for everyone to practice this Yoga.

May the compassionate Lord and Sri Gurudev bless us all to devoutly practice Sankirtan Yoga and thereby attain divine communion.

त्वय्येव न्यस्तचित्तः सुखमयि विचरन् सर्वचेष्टास्त्वदर्थं।

त्वद्भक्तैः सेव्यमानानपि चरितचरानाश्रयन् पुण्यदेशान् ।

दस्यौ विप्रे मृगादिष्वपि च सममति मुच्यमानावमान

स्पर्धासूबादिदोषः सततमखिलभूतेषु संपूजये त्वाम् ।।

With my mind resting in Thee and with all my actions dedicated to Thee, I shall go about from one holy place to another where Thy devotees are now living or had once lived. Being even-minded towards robbers, good men and animals, and abandoning craving for honor, resentment for dishonor, enmity, envy and the like, may I adore Thee as manifested in all beings.

-Narayaneeyam 97.2

कृष्णाय वासुदेवाय देवकीनन्दनाय च ।

नन्दगोपकुमाराय गोविन्दाय नमो नमः ।।

I bow again and again unto Sri Krishna, Vasudeva, the joy of Devaki, the beloved darling of Nandagopa and unto Govinda (the protector of cows).

-Srimad Bhagavata 1.8.21

भगवन्नाम का माहात्म्य

श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

ईश्वर के नाम का जप अनोखे आनन्द को जन्म देता है। इसका वर्णन करना कठिन ही नहीं, असम्भव भी है। भगवन्नाम हमारे अन्दर एक प्रकार की अलौकिक शक्ति भर देता है। वह हमारे स्वभाव में आश्चर्यजनक परिवर्तन कर

देता है। वह मनुष्य को देवताओं के समान गुणों से अलंकृत कर देता है। वह हमारे पुराने पापों, वासनाओं, संकल्पों, सन्देहों, काम वासनाओं, मलिन चित्त वृत्तियों तथा अनेक प्रकार के संस्कारों को नष्ट कर देता है।

ईश्वर का नाम कैसा मधुर है। उसमें कैसी अनोखी शक्ति है। वह कितनी शीघ्रता से आसुरिकता को सात्विकता में परिणत कर देता है। वह ईश्वर से साक्षात्कार करा देता है और साधक परमात्मैक्य का अनुभव करने लगता है।

भगवन्नाम चाहे जाने में लिया जाये चाहे अनजाने में, चाहे भावपूर्वक लिया जाये चाहे लापरवाही से, चाहे ठीक से लिया चाहे गलती से, वह वांछित फल की प्राप्ति अवश्य करायेगा। बुद्धि-विलास और तर्क-संघर्ष द्वारा ईश्वर के नाम की महिमा का मोल नहीं आँका जा सकता। ईश्वर के नाम का महत्त्व तो केवल श्रद्धा, भक्ति तथा सतत जप के अभ्यास से ही समझा और अनुभव किया जा सकता है। प्रत्येक नाम में अनन्त शक्तियों का भण्डार है। नाम की शक्ति अकथनीय है। उसकी महिमा अवर्णनीय है। ईश्वर के नाम की शक्ति अपरिमित है।

जिस प्रकार जलने योग्य प्रत्येक वस्तु को जला देने की स्वाभाविक शक्ति अग्नि में है, उसी प्रकार ईश्वर के नाम में भी पापों, संस्कारों और वासनाओं को जलाने की तथा अनन्त आनन्द और अमर शान्ति प्रदान करने की शक्ति है। जैसे कि दावाग्नि में वृक्ष, काष्ठ आदि को जलाने की शक्ति स्वाभाविक है, उसी प्रकार ईश्वर के नाम में पाप-रूपी वृक्ष को उसकी जड़ और शाखाओं सहित जला डालने की अद्भुत और स्वाभाविक शक्ति है। ईश्वर का नाम भाव समाधि द्वारा भक्त को ईश्वर से मिला देता है और भक्त ईश्वर से ऐक्य का अनुभव करके नित्यानन्द को प्राप्त होता है।

सत्यं ब्रवीमि देवेशि श्रुत्वेदमवधारय।
नामसंकीर्तनादन्यो मोचकोऽत्र न विद्यते ।।

देवेशि । मैं सत्य कहता हूँ, इसे सुन कर धारण कर लो कि इस संसार में नाम संकीर्तन को छोड़ कर कोई दूसरा मुक्त करने वाला साधन नहीं।

-ब्रहारहस्य

हे मनुष्य ईश्वर के नाम की शरण में जानामी और अभिमनाएँ। निरन्तर ईश्वर का नाम जपा कर प्रत्येक श्वास के साथ ईश्वर के पनि नामों का उच्चारण कर इस कराल कलि-काल में ईश्वरत्व तक पहुंचने के लिए नामस्मरण अथवा जप सबसे अधिक सुगम शीघ्र संरक्षित और निश्चित मार्ग है। यह अमरत्व और अनन्त आनन्द करदाता है। परमात्मनी और तो नाम की महिमा अपरम्पार है। किसने उसको पूर्ण रूप से जाना है और कौन जानेगा?

अजामिल-जैसा पापी केवल ईश्वर का नाम ले कर ही संसार-सागर से पार उतर गया। अजामित का जन्म ब्राह्मण-कुल में हुआ था और बचपन में ब्राह्मण का एक योग्य पुत्र रहा; पर युवा होने पर वह दुर्भाग्यवश एक नीच जाति की लड़की से प्रेम करने लगा, जिसकी कुसंगति के कारण उसने जीवन-भर घोर पाप किये, किन्तु मरण-काल समीप आने पर अपने पुत्र नारायण को पुकारा। बस, फिर क्या था, नारायण के पार्षद उसकी सहायता को आ पहुँचे और वह यम-पाश से छुटकारा पा गया। अजामिल की कथा हमें ईश्वर के नाम की अद्‌भुत शक्ति का उपदेश देती है।

तुम गणिका पिंगला की कहानी तो जानते ही होगे। वह श्री राम का नाम लेने से कितनी जल्दी एक साध्वी बन गयी थी। कहा जाता है कि किसी चोर ने उसे एक तोता भेंट किया था। वह तोता राम का नाम लिया करता था और उस राम-नाम की आवाज गणिका के कानों में जाती थी। तोते की वह राम-पुनि बहुत ही सुन्दर और मधुर थी। अत वह उसकी ओर आकर्षित हुई और उसने अपना मन राम-राम शब्द की ओर लगाया। अतः वह राम के साथ पूर्ण रूप से ऐसी मिली कि फिर उनसे कभी अलग नहीं हुई। ऐसी है ईश्वर के नाम की महिमा! ऐसी है राम-नाम की महिमा। यह अत्यन्त दुःख का विषय है कि जिन लोगों ने विज्ञान का अध्ययन किया है और जो विद्‌वान् होने का दावा करते हैं, वे नाम-स्मरण में अब विश्वास खो बैठे हैं। यह बड़ी लज्जा की बात है, कोई बड़प्पन की नहीं।

हमें राम का नाम पूर्ण विश्वास और श्रद्‌धा के साथ लेना चाहिए। जब तुम तुलसीदास की रामायण का अध्ययन करोगे, तो पता चलेगा कि इस राम-नाम में कितनी अद्‌भुत शक्ति है।

गान्धी जी लिखते हैं- "तुम मुझसे पूछोगे कि मैं तुमसे राम का ही नाम लेने को क्यों कहता है, ईश्वर के दूसरे नामों को लेने को क्यों नहीं कहता ? सच है, ईश्वर के नाम अनेक हैं, एक वृक्ष की जितनी पत्तियाँ होती हैं, उनसे भी अधिक उसके नाम हैं। मैं तुमसे कह सकता हूँ कि ईश्वर शब्द का उपयोग करो। लेकिन ईश्वर शब्द कौन-सा अर्थ और कौन-सी धारणा तुम्हारे समक्ष उपस्थित कर सकेगा? ईश्वर शब्द कहने के साथ-साथ तुम्हारे अन्दर कोई-न-कोई भावना उत्पन्न हो जानी चाहिए।

अनिच्छयापि दहति स्पृष्टो हुतवहो यथा।
तथा दहति गोविन्दनाम व्याजादपीरितम् ।।

जैसे अनिच्छा से भी स्पर्श कर लेने पर आग शरीर को जला देती है, उसी प्रकार किसी बहाने से भी लिया गया गोविन्नाम पाप को दग्ध कर देता है।

-पद्‌मपुराण

इसके लिए तुम्हें ईश्वर शब्द का विश्लेषण करना होगा। सब कोई तो ऐसा नहीं कर सकते। लेकिन जब मैं तुम्हें राम का नाम लेने को कहता हूँ तो मैं तुम्हें एक ऐसा नाम बताता हूँ, जिसको भारतीयों की अनेक पीढ़ियों ने पूजा है। राम नाम ऐसा नाम है, जिससे इस देश के मनुष्य ही नहीं, वरन् पशु-पक्षी, यहाँ तक कि वृक्ष और पत्थर तक भी सदियों से परिचित हैं। रामायण पढ़ने से हमें ज्ञात होता है कि जब रामचन्द्र जी राजा जनक के धनुष यज्ञ में सम्मिलित होने के लिए जा रहे थे, तो एक पत्थर ने उनके चरण स्पर्श से जीवन प्राप्त कर लिया था।"

सर्वाचारविहीनोऽपि तापक्लेशादिसंयुतः ।

श्रीरामनाम संकीर्त्य याति ब्रह्म सनातनम् ।।

सब आचरणों से हीन तथा संताप और क्लेशयुक्त भी राम नाम संकीर्तन द्वारा सनातन ब्रह्मपद को प्राप्त हो जाता है।

-ब्रह्मरहस्य

राम नाम को ऐसी मधुरता और भक्ति के साथ सेना सीखना चाहिए कि जब तुम राम का नाम गाओ, तो तुम्हें सुनने के लिए वृक्ष भी अपनी पत्तियाँ तुम्हारी ओर झुका दें।

कबीरदास ने अपने बेटे कमाल को एक बार इस बात पर बहुत डाँटा कि उसने एक धनी व्यापारी को कोढ़ से निर्वाण पाने के लिए दो बार राम-नाम लेने को कह दिया था। कमाल ने उस व्यापारी से दो बार राम-नाम लेने को कहा, लेकिन फिर भी उसका रोग ठीक नहीं हुआ। कमाल ने इस बात की अपने पिता को सूचना दी। कबीरदास इस पर बहुत कुपित हुए और कमाल से कहा- "तुमने उस धनी को दो बार राम-नाम लेने को कहा। इससे मुझे कलंक लगा है। राम का नाम तो केवल एक ही बार लेना पर्याप्त है। अब तुम उस व्यापारी के शिर पर छड़ी से खूब भार लगाओ और उससे कहो कि

वह गंगा में खड़े हो कर अन्त करण से एक बार राम-नाम ले।” कमाल ने अपने पिता के आदेशों का अनुसरण किया। उसने उस पनी व्यापारी के शिर पर खूब मार लगायी। उस व्यापारी ने भाव सहित केवल एक बार राम का नाम लिया और उसका रोग बिलकुल ठीक हो गया।

कबीरदास ने कमाल को तुलसीदास के पास भेजा। कमाल के सामने ही तुलसीदास ने एक तुलसी की पत्ती पर राम का नाम लिखा और उस पत्ती का रस पाँच सौ कुष्ठरोगियों पर छिड़क दिया। सब के सब कुष्ठरोगी ठीक हो गये। इस पर कमाल को बहुत आश्चर्य हुआ। फिर कबीरदास ने कमाल को अन्धे सूरदास के पास भेजा। सूरदास ने कमाल को एक लाश लाने के लिए कहा, जो नदी में बह रही थी। कमाल लाग को ले आया। सूरदास ने उस लाश के एक कान में राम कहा और लाश में प्राणों का समावेश हो गया। यह सब देख कर कमाल का हृदय आश्चर्य और आदर से भर गया। राम नाम की ऐसी शक्ति है!

नियतं रामनाम्नस्तु कीर्त्तनाच्छ्रवणाच्छिवे।

महतोऽप्येनसः सत्यमुद्धरेद्राघवो बली ।।

निश्चय ही राम नाम के श्रवण और कीर्तन से भगवान् राम महान् पाप से भी उद्धार करते हैं।

-ब्रह्मरहस्य

मेरे प्रिय मित्रो, विश्वविद्यालयों के विद्यार्थियो, प्रोफेसरो और डाक्टरो। तुम अपनी लौकिक विद्या पर फूले न समाओ। अपने दिल से प्रेम और भाव-सहित ईश्वर का नाम लो और अनन्त आनन्द, ज्ञान, शान्ति और अमरत्व की प्राप्ति करो। राम नाम लेने से यह सब कुछ तुम्हें इसी जन्म में इसी जन्म में क्यों, इसी क्षण सहज ही में प्राप्त हो जायेंगे। कबीरदास कहते "अगर कोई केवल स्वप्न में ही राम नाम कहता है, तो में उसके लिए अपनी खाल से उसके प्रतिदिन के प्रयोग के लिए एक जोड़ी जूने बनाना पसन्द करूंगा।"

ईश्वर के पवित्र नाम की महिमा को कौन कह सकता है। ईश्वर के पवित्र नामों का महत्त्व और प्रताप वास्तव में कौन जान सकता है। यहाँ तक कि पार्वती, जो शिव की अर्धांगिनी है, ईश्वर के नाम के वास्तविक गौरव और महत्त्व का ठीक-ठीक शब्दों में वर्णन करने में असफल रहीं। जो कोई उसका नाम सुनता है या स्वयं गाता है, वह अपने-आप ही बिना जाने हुए आध्यात्मिकता के शिखर पर जा पहुँचता है। वह अपनी लोक-वासना को खो बैठता है और आनन्दमान हो जाता है। वह अमरत्व का दिव्यामृत पान करने लगता है। वह दिव्य उन्माद में झूमने लगता है। ईश्वर के नाम का जप भक्त को भगवद्-सानिध्य का साक्षात् अनुभव करा देता है। ईश्वर का नाम कैसा शक्तिशाली है। जो उसके नाम का जप करता है, वह असीम आनन्द और शान्ति की प्राप्ति करता है। जो उसका नाम जपता है, वह वास्तव में भाम्यवान् है। क्योंकि वह आवागमन से विमुक्त हो जायेगा।

यद्यपि पाण्डवों का लाक्षागृह जल कर खाक हो गया, किन्तु वे नहीं जल मरे; क्योंकि उनको हरि के नाम में अविचल श्रद्धा थी, विश्वास था। गोपालकों को अग्नि से कुछ भी हानि नहीं हुई; क्योंकि उनको ईश्वर के नाम में अटूट विश्वास था। यद्यपि राक्षसों ने हनुमान की पूँछ को आग लगा दी; किन्तु वे जले नहीं, क्योंकि उनको राम नाम में अद्भुत विश्वास था। प्रह्लाद ने ईश्वर के नाम की ही शरण ली, अतः उनको भी अधि जला न सकी। सतीत्व की परीक्षा लेने के लिए सीता जी को अग्नि-प्रवेश कराया गया, किन्तु अग्नि की भयंकर लपटें उनके लिए शीतल जल हो गयी; क्योंकि राम का नाम ही उनके जीवन का आधार था। विभीषण का राम-नाम में अटल विश्वास था, अतः समस्त लंका के जल जाने पर भी उसका गृह सुरक्षित रहा। ऐसी महिमा है ईश्वर के नाम की!

जपतः सर्वमन्त्रांश्च सर्ववेदांश्च पार्वति ।

तस्मात् कोटिगुणं पुण्यं रामनाम्नैव लभ्यते ।।

जो सम्पूर्ण मन्त्रों और समस्त वेदों का जप करता है, उसकी अपेक्षा कोटिगुना पुण्य केवल राम नाम से उपलब्ध होता है।

-ब्रह्मरहस्य

भगवन्नाम की महिमा

श्री स्वामी चिदानन्द जी महराज

प्यारे उज्जवल आत्मस्वरूप, परमपिता की दिव्य अमर सन्तान!

मानव जन्म ऊर्ध्वगामी प्रगति का द्वार है। पशु-पक्षी, कीट-पतंग, अन्य प्राणी वर्ग में और मनुष्य के जीवन में यही अंतर है। अन्य पशु वर्ग जिस भूमिका में अपना जन्म लेते हैं, उसी भूमिका में, उसी स्तर पर जीवन पर्यन्त व्यवहार एवं चेष्टा करते रहते हैं। अपनी आयु को पूरी करके उसी भूमिका में अपने जीवन का अवसान कर देते हैं। शारीरिक दृष्टि से तो प्रगति होती है, खा-पीकर , मेहनत करके, आराम करके हृष्ट-पुष्ट बनते हैं, किन्तु किसी प्रकार की मौलिक आन्तरिक प्रगति नहीं होती है। उनका वर्ग ही ऐसा है कि कोई प्रगति की गुंजाइश ही नहीं है, प्रबन्ध नहीं है। केवल मात्र जीवात्मा जब मानव के रूप में आता है तो उसकेउसके लिए ऊर्ध्वगामी प्रगति के लिए द्वार खुल जाता है। इस ऊर्ध्वगामी प्रगति की सीमा कहॉ है? इसकी सीमा गभवदाकार अवस्था को प्राप्त करने तक है। मनुष्यत्व प्राप्त होने का अर्थ यही है कि परिपूर्ण दिव्यता की ओर आपकी यात्रा प्रारम्भ हो गयी है।

हमारे ऋषि-मुनि, ज्ञानी, सन्त एवं तत्ववेत्ता महापुरुषों ने अपनी अपरोक्ष अनुभूति से जान लिया था कि परब्रह्य तत्त्व में सब कुछ प्रकट हुआ है। परब्रह्म तत्त्व के आधार पर ही सब कुछ अस्तित्व में है और अन्त में परब्रह्म तत्त्व में लीन होने के लिए ही सब कुछ प्रस्तुत है। भगवान् अथवा ब्रत्यन् ही हमारा आदिमूल, सूक्ष्म, अदृश्य आधार है। हमारे जीवन का अन्तिम लक्ष्य भी यही है, हमारा जीवन तभी सफल होगा जब हम, जहाँ से हमारी उत्पत्ति है. वहीं जाकर विलीन हो जायेंगे, जैसे नदियाँ सागर में समा जाती है।

भगवान् की परिपूर्ण दिव्यता को प्राप्त करना ही प्रत्येक जीवात्मा का परम सौभाग्य है। भगवान् ने जच जीवात्मा को यहाँ पर भेजा तो साथ में ऊर्ध्वगामी प्रगति के लिए सामग्री भी भेज दी। मुख्य सामग्री क्या है? मानव- व्यक्तित्व में चार प्रकार की शक्तियाँ निहित हैं-शरीर की क्रिया शक्ति, मन की चिंतन शक्ति, हृदय की भाव शक्ति तथा बुद्धि की विवेक-विचार करने की शक्ति। नित्य-अनित्य क्या है? परिपूर्ण-अपूर्ण क्या है? आत्म- तत्त्व अनादि अनन्त है और अनात्मा अनित्य, नाशवान्, अशास्वत है ऐसा विचार बुद्धि के द्वारा ही किया जा सकता है। भगवतोन्मुख दिशा में प्रवृत्त होकर हर दिन ऊँचा उठने के लिए, इन चारों शक्तियों को लगा देना ही दिव्य जीवन है। भगवान् ने परिपूर्ण दिव्यता प्राप्त करने के उद्देश्य से ही मानव को वे क्षमताएँ देकर भेजा है। भगवान् ने हमें यहाँ हाय-हाय करके रोने के लिए नहीं भेजा है। तापत्रय, जन्म-मृत्यु, जरा-व्याधि एवं सुख-दुःख आदि को अनुभव करने के लिए नहीं भेजा है, ये सब गौण हैं। पूर्वजन्मकृत शुभाशुभ कर्मों के कारण सुख-दुःख आदि अनुभवों को भोगना अनिवार्य है, क्योंकि कर्मों के हिसाब को यहाँ खत्म करना है। जीवन में आये हुए भोगों को भोगते समय तुम्हारे मन की क्या वृत्ति है, भगवान् के द्वारा दी गयी शक्तियों का कैसे प्रयोग कर रहे हो? यही जीवन का सच्चा एवं असली स्वरूप है, सारभूत तत्त्व है, मार्मिक अर्थ है। हमारे भविष्य का निर्माण भोग से नहीं होता, आगामी कर्मों से होता है जिसे उचित पुरुषार्थ कहते हैं। भविष्य का निर्माण काला होना चाहिए, या सुनहरा, दुःखमय होना चाहिए या सुखमय? इसका सटीक उत्तर यही है कि कोई भी दुःख-दर्द को नहीं चाहता, सभी सुखमय जीवन चाहते हैं, उज्जवल भविष्य एवं शान्तिपूर्ण जीवन चाहते हैं। अन्त में जाकर परिपूर्ण दिव्यता को प्राप्त करने के लिए साधना करने का, उचित पुरुषार्थ करने का समय यही है। यदि इस समय को हमने खो दिया तो आगे अवसर नहीं मिलेगा। अतः ऐसे कर्म करें जिससे हमें सन्तुष्टि एवं प्रसन्नता मिले, कर्म हमें रुलाएँ नहीं। भगवान ने हमें जब मानव जीवन का अमूल्य उपहार दिया है तो अपने परम लक्ष्य को प्राप्त कर लें।

यन्नामस्मरणादेव पापिनामपि सत्वरम् ।
मुक्तिर्भवति जन्तूनां ब्रह्मादीनां सुदुर्लभा ।।

भगवान् के नाम का स्मरण करते ही पापी जीवों को भी तत्काल ऐसी मुक्ति सुलभ हो जाती है, जो ब्रह्मा आदि देवताओं के लिए भी परम दुर्लभ है।

-पद्मपुराण

लोग प्रश्न करते हैं कि महान लक्ष्य की प्रति से क्या प्रयोजन है? इसका प्रयोजन यही है कि परिपूर्ण दिव्यता को यहीं पहचानकर का बताते हैं। भगवान का अनुभव क्या होता है? भगवान का अनुभव शत-प्रतिशत केवल मात्र अवर्णनीय दिव्य आनन्द है। अद है। भगवान की क्या अवस्था है एवं क्या स्वरूप है? इस सम्बन्ध में भगवान के अनुभव को प्रास किये हुए तत्त्ववेत्ता यानी आनन्द इसमें किसी अन्य तत्व का मिश्रण नहीं है। प्रपन में मिश्रित अनुभव होते हैं. सुख चाहते हो तो दुःख का अनुभव नाही ही निवास करें। केही हमारे सर्वस्व माता-पिता बन्ध-सखा मद्धि एवं धन है। प्रातः रोजाना प्रार्थना करके हमने उनको पूजा इन्द्र से परे जाकर केवल आनन्द के अनुभव को प्राप्त करना है तो उसका एक ही उपाय है कि आनन्दस्वरूप परब्रहात स्वरमाि सीमित कर दिया है व्यवहार क्षेत्र में भगवान भूल जाते है इस कारण हम भगवान के परमानन्द से वंचित रह जाते हैं। यदि हमार उनको प्राथमिकता देकर जीवन में केन्द्रीय स्थान देना चाहिए। प्रपंच में मनसा वाचा कर्मणा सबसे अधिक उनको मुल्यता देकर भगव मेष्टा होनी चाहिए। यदि उनको प्राप्म कर लिया तो सब कुछ प्राप्त कर लिया। यदि सब कुछ प्राप्त कर लिया और उनको प्राप्त नहीं किया कुछ भी प्राप्त नहीं किया, जीवन को पाखो दिया। जैसे अध्यापक बोर्ड पर चॉक से जीरो जीरो लिखता जाये तो उसका कोई मूल्य होता। यदि उसके आगे एक लिख दे तो एक जीरो से दस दो जीरो से सौ. तीन जी से हजार, इस प्रकार लाख करोड बढ़ते चले यदि एक नहीं है तो हजार जीरो भी शून्य ही कहलायेंगे।

सर्वधर्मोज्झिता विष्णोर्नाममात्रैकजल्पगाः ।
सुखेन यां गतिं यान्ति न तां सर्वेऽपि धार्मिकाः ।।

समस्त धर्मो से रहित मनुष्य भी केवल भगवान के नाम का उच्चारण करने से सुखपूर्वक उस उत्तम गति को प्राप्त करते है, जिसे धर्मात्मा पुरुष भी प्राम नहीं कर सकते।

-अग्निपुराण

संसार के दुःख-शोक, संकट तकलीफ, चिता से मुक्त होकर अनादि अनन्त काल के लिए अपने-आपको निरन्तर आनन्द में ही स्थापित करना चाहते हैं तो प्रभु-प्राप्ति के मार्ग में अभी से लग जाना चाहिए। समय बढ़ा विचित्र है। मिनट, घड़ी, दिन-रात सप्ताह-मास और वर्ष कैसे चले जाते हैं, पता ही नहीं पड़ता। ऐसे लगता है जैसे कल ही हम छोटे बच्चे होकर स्कूल पढ़ने जाते थे और अब यहाँ से चले जाने की अवस्था आ गयी है। यहः भगवान् की प्रबल माया ही है

कि व्यक्ति को समय का व्यय और आयु की क्षीणता का भान ही नहीं होता। इसलिए अपने लक्ष्य की प्राप्ति में विलम्ब नहीं करना चाहिए। तुरन्त ऐसे सत्कार्यों में लग जाना चाहिए जो हमें भगवान् के निकट पहुँचाते हैं। सदाचारपूर्ण और परोपकारमय सुन्दर सात्त्विक जीवन में लग जाना चाहिए, यही सुन्दर अवसर है।

कलिकालकुसर्पस्य तीक्ष्णदंष्टस्य मा भयम्।

गोविन्दनामदावेन दग्धो यास्यति भस्मताम् ।।

तीखी दाढ़वाले कलिकालरूपी दृष्ट सर्प का भय अब दूर हो जाना चाहिए; क्योंकि गोविन्द-नाम के दावानल से दग्ध हो कर वा शीघ्र ही राख का ढेर बन जायेगा।

-स्कन्दपुराण

भगवान् के अनेक स्वरूप एवं शक्तियों हैं। हर एक बाक्ति का एक साकार स्व मानकर हम उनकी उपासना करते हैं। वैसे तो हम सत्य सनातन वैदिक धर्म के अनुयायी है तो एक ही भगवान् में विश्वास रखते हैं 'एकमेवाद्वितीयं ब्रह्म' भले ही अनेक नाम हों लेकिन ब्राद्ध एक ही है, अद्वितीय है। इस अद्वितीय तत्व को ईवर पर कहते हैं। किन्तु रूपया आकृति का अवलम्बन नहीं होता है तो मानव का मन टिकता नहीं है। केवल मूक्ष्म, अव्यवत, अदृश्य के ऊपर मन को टिकाये रखना कठिन है। मन चंचल एवं स्थूल है। सुगमता को प्राप्त करने के लिए मन को भले ही लगाये रखों लेकिन हजार में से नौ सौ निन्यानवे के मन में इतनी सूक्ष्मता नहीं है कि सिराकार तत्व पर उनकी धारणा हो जाये। हमारे मन की कमी और कमज़ोरी के कारण हम निराकार तत्व का ध्यान नहीं कर सकते हैं। भगवान् की उपासना, प्रार्थना, ध्यान करने में मन को सहायता मिल सके, इसलिए भगवान् ने असीम कृपा से अपने साकार स्वरूप को प्रकट किया है।

हमारे पूर्वजों ने पुरुषार्थ चतुष्टय में धर्म को प्रथम स्थान दिया है। धर्म के विस्मरण से खाने, पीने, कमाने में विषमता आ जाती है। व्यास भगवान् ने अठारह पुराण, ब्रह्मसूत्र, भागक्त, महाभारत में मानव के लिए सुख प्राप्ति का मार्ग बताया है। जो धर्म का अनुसरण करता है, उसे सुख मिलेगा। आज नहीं तो कल मिलेगा, यह त्रिबार सत्य है। चड़े आश्चर्य की बात है कि हम सुख को चाहते हैं और उल्टा काम करके सुख से बंचित हो जाते हैं। हम अपने व्यवहार में व्यापक रूप से धर्म को बनाये रखें। हृदय में प्रभु के प्रति प्रेम रखें। सर्वदा उनका चितन करें। नित्य-अनित्य का विवेक हो और सदा नित्य की ओर ही जायें।

अहो चित्रमहो चित्रमहो चित्रमिदं द्विजाः ।

हरिनाम्नि स्थिते लोकः संसारे वर्तते पुनः ।।

बड़ा ही आश्चर्य है, भगवान् के नामरूपी साधन के रहते हुए भी लोग संसार में पड़े हुए हैं।

-बृहन्नारदीयपुराण

सत्य संकल्प लेने के लिए, निश्चयात्मक निर्णय करने के लिए और नये रास्ते में प्रमृत होने के लिए आज ही अच्छा सुन्दर समय है। अ विलम्ब नहीं करना चाहिए। यह शुभमुहूर्त जीवन में नयी ज्योति जगाने, जीवन को नयी दिशा देने, नये अर्थ को ग्राम करने का है। जीवन में क्रांतिकारी परिवर्तन लाकर, दिव्य जीवन बनाने का है। कबीर दास जी कहते हैं कि इस अवसर को खोना नहीं चाहिए क्योंकि जब विडिय खेती चुगि डाली फिर पछताये क्या होवत है जो भी सत्कार्य सामने आ जाये, उसी समय कर देना चाहिए। कहा गया है,

कालक्षेपो न कर्तव्यः क्षीणमायु क्षणे क्षणे।
यमस्यकरुणानास्ति कर्त्तव्यं हरि कीर्तनम् ।।
कर्त्तव्यं हरि चिन्तनम्।

प्रभु आपको ऐसी आन्तरिक शक्ति दें। घर-बार तोड़कर अरण्य में जाकर गुहा कन्दरा में बैठकर भगवान् प्रास होते है, ऐसी बात नहीं है। हम अपने व्यावहारिक जीवन को धर्ममय भक्तिमय दिव्य जीवन बनाकर रखेंगे तो ये सब यहीं भगवद् प्राप्ति के लिए सोपान बन जायेंगे। सदा-सर्वदा भगवान् का स्मरण करें एवं मुख से नाम रटते रहें। नाम भगवान् का साक्षात् स्वरूप है। नाम और नामी में कोई अन्तर नहीं है, दोनों परस्पर अभिन्न है। वेदान्त भी इसकी पुष्टि करता है। अप्रकट 'एकमेवाद्वितीयम्' अवस्था से ब्रह्मा ने अनेक होने का संकल्प किया। पहले आद्य स्पन्दन नाद के रूप में प्रणव प्रकट हुआ जिसे नादब्रा, शब्दब्रह्म कहते हैं। अन्य जितने भी भगवान् के दिव्य नाम और मन्त्र हैं, इसी शब्द का रूप रुपान्तरण है। साक्षात् भगवदाकार होने से हरेक नाम में भगवद् शक्ति निहित है। इसलिए जो निरन्तर भगवद्-नाम लेता रहता है. उसके अन्दर आध्यात्मिक विकास एवं जागृति आ जाती है, अज्ञान का अन्धकार हट जाता है और ज्ञान की ज्योति जग जाती है। तुलसीदास जी ने कहा है

राम नाम मनिदीप धरू जीह देहरी द्वार।
तुलसी भीतर बाहरेहुँ जो चाहसि उजिआर।।

नाम मणि दीप है जिसे यदि मुख रूपी द्वार की दहलीज में रख दिया तो चाहर भी प्रकार है और अन्दर भी उजाला है। मणि दीप जलता नहीं है, बाकी दीप जलते हैं। मणिदीप में प्रकाश है, उष्णता नहीं है, इसमें कोई हानि नहीं है केवल लाभ ही लाभ है। विशेष करके महाराष्ट्र के जितने भी सन्त हुए हैं, उन्होंने भगवद् प्राप्ति के लिए भगवद् नाम को ही

सुलभ उपाय बताया है। निरन्तर भगवद्- नाम रटने से जहाँ पर तुम हो, वहीं पर आकर भगवान् दर्शन देंगे जैसे भक्त पुण्डरीक को दिया।

हरेः संकीर्तनं पुण्यं सर्वपातकनाशनम् ।
सर्वकामप्रदं लोके अपवर्गफलप्रदम् ।।

हरि का पवित्र संकीर्तन सब पापों का नाशक, सब कामनाओं को पूरा करने वाला तथा मुक्ति दाता है।

-आदित्यपुराण

बहुत प्रयास करके जंगल में जाने की जरूरत नहीं है, घर में रहकर निरन्तर नाम जपते रहो, 'हरि बोल हरि बोल- नाम बोलते-बोलते जब आदत में आ जायेगा, तभी अन्त काल में नाम के आने की सम्भावना रहेगी। वरना अन्त में व्यवहार का चिंतन, बैंक बैलेन्स, भोजन, परिवार आदि का विचार आयेगा जो अत्यन्त हानिकारक है। एक मराठी सन्त ने इसे नाम यज्ञ कहा है- **'ज्याचे मुखी सदा हरि त्याचे यज्ञ पावली पावली।'** पावली माने कदम। जो हमेशा नाम रटता है, उसका कदम-कदम यज्ञ के समान है, महान् यज्ञ के समान फल देने वाला है। गीता में भगवान् ने स्वयं माया से मुक्त होने के लिए उपाय बता दिया है

दैवी ह्येषा गुणमयी मम माया दुरत्यया।
मामेव ये प्रपद्यन्ते मायामेतां तरन्ति ते ।।

-गीता-७/१४

जो केवल भगवान् के ही शरण होते हैं, जो दैवी सम्पत्ति वाले होते हैं, वे भगवान् की गुणमयी माया से पार हो जाते हैं।

'एक सार नाम हरि भज हरि
हरे हरी तेरी चिन्ता सारी।'

प्रपंच के माया बाजार में नाशवान वस्तु-पदार्थों में कोई सारतत्त्व नहीं है। एक ही सार वस्तु है-भगवद्-नाम, क्योंकि यह एक ही सत्य है।

जिह्वाग्रे वर्तते यस्य हरिरित्यक्षरद्वयम् ।
विष्णुलोकमवाप्नोति पुनरावृत्तिदुर्लभम् ।।

जिसकी जिह्वा के अग्रभाग पर 'हरि' वे दो अक्षर विद्‌यमान है, वह पुनरावृत्तिरहित विष्णुलोक को प्राप्त कर लेता है।

-बृहन्नारदीयपुराण

आब्रह्मास्तम्बपर्यन्तं मायामयमखिलम् जगत् ।
सत्यं सत्यं पुनर्सत्यं हरेर्नामैव केवलम् ।।

अमूल्य मानव-जीवन की सार्थकता इसमें है कि हम सत्पथ पर चलकर ईश्वर-प्राप्ति को अपना लक्ष्य बनायें। प्रपंच के वस्तु-पदार्थों के मोह में न पड़कर एक ही सारतत्व को अपनायें।

'सब है समान, सबमें एक प्राण
तज के अभिमान हरि नाम गाओ।
हरि नाम गाओ, दया अपनाओ ।
अपने हृदय में हरि को बसाओ।
हरि नाम प्यारा, सबका सहारा,
हरि नाम जप के सुख शान्ति पाओ।'

यह रचना ज्ञानेश्वर महाराज के गुरु श्री निवृत्तिनाथ जी की है। इस अशान्त दुःखमय प्रपंच में आपको सुख- शान्ति भगवन्नाम से ही मिल सकती है, अतः हर समय भगवन्नाम स्मरण करते रहे। हरि ॐ तत्सत्।

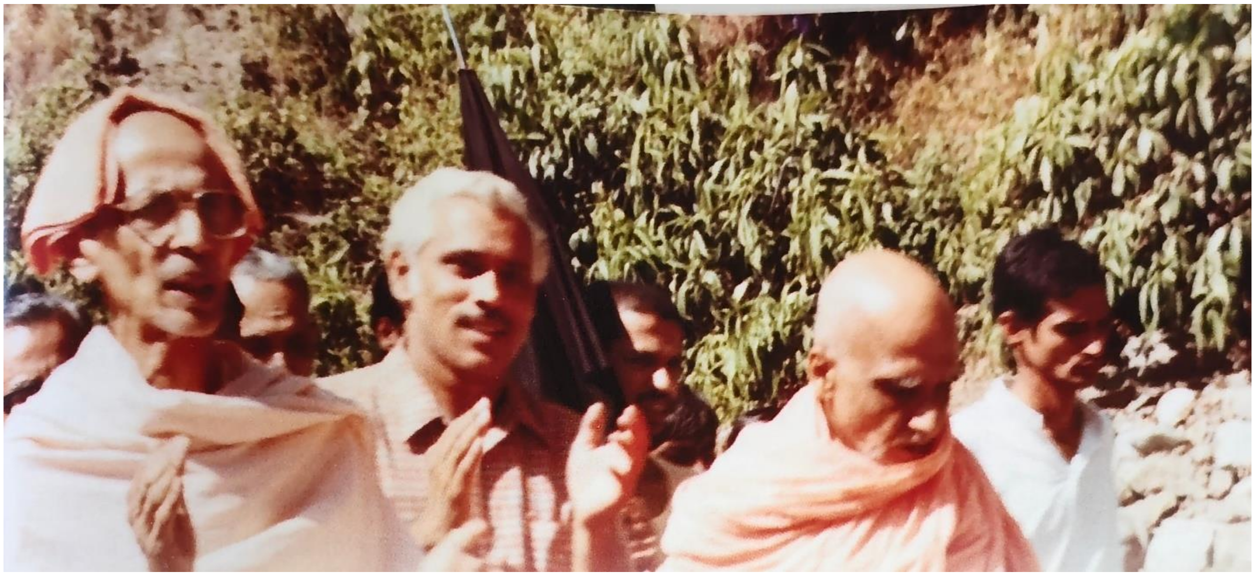
स्वपन् भुञ्जन् व्रजंस्तिष्ठन्नुतिष्ठंश्च वदंस्तथा।
चिन्तयेद् यो हरेर्नाम तस्मै नित्यं नमो नमः ।।

जो मनुष्य सोते-जागते, खाते-पीते, चलते-फिरते, उठते-बैठते तथा बातचीत करते समय सदा श्रीहरि नाम का ही चिन्तर करता है, उसके प्रति मेरा नित्य बारम्बार नमस्कार है।

-नारद पुराण

भगवन्नाम की शक्ति

श्री स्वामी कृष्णानन्द जी महाराज



भगवन्नाम, विशेषकर जब यह हमें मन्त्र के रूप में प्रदान किया जाता है, स्वयं में एक अपूर्व ऊर्जा का रूप धारण कर लेता है। इसमें एक अपनी शक्ति होती है; यही कारण है कि भक्त, सन्त और ऋषि-मुनि हमें बताते हैं कि भगवजाम का जप अपना एक विशिष्ट प्रभाव डालने की क्षमता रखता है, यद्यपि यह आवश्यक नहीं है कि आप सचमुच ध्यान कर रहे हों अथवा उस (भगवन्नाम) के निहितार्थ पर मनन करने की स्थिति में हॉ। जिस कारण से मन्त्र-शक्ति का उदय होता है, उसका उल्लेख मन्त्रशास्त्र में वैज्ञानिक विधि से सुन्दरतापूर्वक किया गया है। मन्त्रशास्त्र हमारे अपने साधारण जीवन में रसायनविज्ञान के सदृश है। रासायनिक तत्त्व एक-दूसरे पर क्रिया-प्रतिक्रिया करते हैं। उदाहरणार्थ, आप जानते हैं कि अम्ल तथा क्षार का एक-दूसरे पर क्या प्रभाव पड़ता है। विभिन्न रासायनिक संयोजन भिन्न-भिन्न प्रकार के प्रभाव उत्पन्न करते हैं। कभी-कभी रासायनिक प्रक्रिया ऐसी होती है कि यह एक बृहत् प्रभाव उत्पन्न कर सकती है। वर्षों के विशिष्ट प्रकार के संयोजनों के कारण मन्त्र इसी प्रकार का (रासायनिक तत्त्वों की प्रक्रियाओं के सदृश) प्रभाव उत्पन्न कर देते हैं।

नाम्नोऽस्य यावती शक्तिः पापनिर्हरणे हरेः।

तावत्कर्तुं न शक्नोति पातकं पातकी जनः ।।

श्रीहरि के इस नाम में पापनाश करने की जितनी शक्ति है उतना पातक पातकी मनुष्य अपने जीवन में कर ही नहीं सकता।

-बृहद्विष्णुपुराण

मन्त्रशास्त्र एक रहस्यमयी विद्या है जो हमें बतलाती है कि वर्णमाला का प्रत्येक अक्षर ऊर्जा का एक संघनित रूप है। ध्वनियाँ वस्तुतः प्रकरित ऊर्जा का प्रकट रूप ही है। ध्वनि मात्र वाचिक प्रकटीकरण का निस्सार रूप नहीं है। यह वह ऊर्जा है जो एक विशिष्ट रूप में अपने को अभिव्यक्त करती है। और, ऊर्जा का यह पुंज, गति का यह सहबद्ध रूपो वर्णमाला का एक विशिष्ट अक्षर है-शक्ति के एक अन्य पुर (जो एक अन्य अक्षर है) के सम्पर्क में आता है। दोनों पाम्पर टकराते हैं अथवा यों कहें कि वे एक-दूसरे पर अपना प्रभाव डालते हैं अथवा यो कहें कि वे एक-दूसरे में मिल जाते हैं। इस प्रकार वर्ण-समूह-रूप मन्त्र का उच्चारण इन बच्चों के संयोजन तथा क्रम परिवर्तन की प्रक्रिया में एक नवीन प्रकार की ऊर्जा उत्पन करता है। यह ऊर्जा हमारे शरीर **(System)** को अनुप्राणित कर देती है; क्योंकि यह हमारे अपने मन, विचार तथा हमारी सत्ता के अन्तरतम प्रकोष्ठों से उत्पन्न हुई है। हम इसे ऊर्जा से आवेशित हो जाते हैं- मानों हमने बिजली का गरम तार. तू लिया हो। तान्त्रिक शब्दावली में इस विज्ञान को एक विशिष्ट नाम गणशास्त्र दिया गया है। सब्द शक्ति है, विचार वस्तुएँ हैं-ऐसा कहा गया है। शब्द मात्र ऐसी कोरी ध्वनियों रहीं हैं, जो शब्दों को बोलते, नामों का उच्चारण करते अथवा किसी विचार को व्यक्त करते समय उत्पज हो जाती है। सन्तों के शब्द इसीलिए तत्काल फलित होते हैं, क्योंकि विचार और अभिव्यक्तियों स्वयं में ही शक्ति हैं। ऋषि-मुनियों द्वारा बोले गये राष्ट्र मात्र कोरी ध्वनियों ही नहीं हैं। वे ऐसी शक्तियों हैं, जो अणुबमों की भाँति निर्मुक्त होती हैं और भौतिक जगत् में अपने को प्रकट भी कर सकती है और इस प्रकार घटनाएँ घटित हो सकती हैं। यही कारण है कि लोग महात्माओं के पास आशीर्वाद लेने हेतु जाते हैं। महात्माओं के शब्द ऐसी शक्तियों है, जिन्हें वे तत्काल अथवा सुदूर भविष्य में प्रभाव डालने के लिए निर्मुक्त करते हैं।

मन्त्रोच्चारण से एक ऊर्जा निर्मुक्त होती है-न केवल हमारे व्यक्तित्वों के अन्दर, बरन् उस बाह्य वातावरण में भी, जिसके हम घटक है। जप-साधना से न केवल हमारे आन्तरिक व्यक्तितत्व पर वरन् उस समाज पर भी समान प्रभाव पड़ता है, जिसके हम एक भाग है। इस प्रकार जप-साधना समाज-सेवा भी है। यह मात्र आपके द्वारा पूजा-कक्ष में की जाने वाली आभ्यन्तरिक व्यक्तिपरक साधना नहीं है। यह मानवता के हित में की गयी एक महान् सेवा भी है। जो साधक निष्कपट भाव से तथा निष्ठापूर्वक जप-साधना का अभ्यास करता है, उसके चारों ओर एक प्रभामण्डल निर्मित हो जाता है। आप न केवल अपने स्वभाव को आन्तरिक रूप से शुद्ध कर लेते हैं, वरन् बाह्य वातावरण को भी शुद्ध कर देते हैं। जब आप जप-साधना की प्रभावोत्पादकता में पूर्ण आस्था रखते हुए एकाग्र मन से इस साधना का अभ्यास करते हैं, तब आप दूसरों के लिए प्रेरणा का स्रोत बन जाते हैं। भगवन्नाम एक आश्चर्य है। यह स्वयं में एक

चमत्कार है। एक कवि के कथनानुसार, "प्रार्थना द्वारा इतने कार्य निष्पत्र हो जाते हैं, जिनकी विश्व कल्पना भी नहीं कर सकता।" आप भगवान् से जो प्रार्थनाएँ करते हैं, वे निश्चय ही अभीप्सित प्रभाव उत्पन्न करने में सक्षम होती है।

सर्वधर्मवहिर्भूतः सर्वपापरतस्तथा।
मुच्यते नात्र संदेहो विष्णोर्नामानुकीर्तनात् ।।

समस्त धर्मो से परित्यक्त और समस्त प्रकार के पापों में संलग्र पुरुष भी यदि भगवान् विष्णु के नाम का कीर्तन करता है तो वह निस्सन्देह समस्त पापों से छुटकारा पा जाता है।

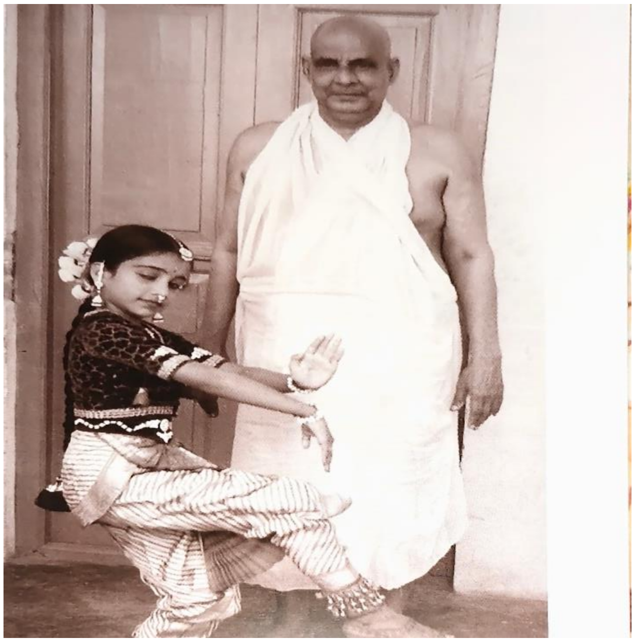
-वैशम्पायनसंहिता

कुछ वर्ष पूर्व मेरी भेंट एक विनम्र गृहस्थ साधक से हुई। वह प्रार्थना का अनुयायी तथा एक निष्कपट व्यक्ति था। प्रार्थना करते समय उमे जो-जो कठिनाइयाँ होती थीं, उनकी चर्चा करने वह मेरे पास आया था। प्रसंगवश उसने अपनी साधना के विषय में मुझे बतलाया। उसने कहा- "मेरी साधना भगवान से की जाने वाली प्रार्थना ही है। प्रार्थना की साधना से मैं बाह्य समाज के व्यक्तियों की भी यत्किंचित् सेवा करने का प्रयास करता हूँ। वे व्यक्ति मुझसे बहुत दूर भी हो सकते हैं-भले ही वे लन्दन में हों, इससे कोई अन्तर नहीं पड़ता। जिस व्यक्ति की मैं सहायता करना चाहता हूँ, सम्भव है उसे मैंने पहले कभी देखा भी न हो और उसका नाम भी न सुना हो।" मैंने पूछा-"मित्रवर ! जिस व्यक्ति या स्थान का नाम आप न जानते हों, जिसकी अवस्थिति का भी आपको पता न हो, वहाँ तक आप अपने विचार कैसे सम्प्रेषित करते हैं?" उसने उत्तर दिया- "स्वामी जी ! भगवत्कृपा से मुझ में इतनी आस्था है कि मेरी प्रार्थना अथवा विचार से नहीं, वरन् उस 'माध्यम' से चमत्कार घटित होता है जिससे मेरी प्रार्थना सम्पर्क स्थापित करती प्रतीत होती है तथा जो अपने ही सर्वज्ञ रूप में कार्य करता है।" ऐसे साधक से मिल कर मुझे प्रसन्नता हुई; क्योंकि उसने जप तथा प्रार्थना के रहस्य को समझ लिया था। आपकी व्यक्तिगत शक्ति या आपका विचार नहीं, वरन् वह तत्त्व प्रभाव दिखाता है जिसे आपका विचार कार्यरत करता है तथा जो सर्वज्ञ है।

सकृदुच्चारयेद् यस्तु नारायणमतन्द्रितः ।
शुद्धान्तःकरणो भूत्वा निर्वाणमधिगच्छति ।।

जो आलस्य छोड़ एक बार नारायण नाम का उच्चारण कर लेता है, उसका अन्तःकरण शुद्ध हो जाता है और वह निर्वाण पद को प्राप्त होता है।

-पद्मपुराण



इसका क्या अर्थ है, यह समझाने के लिए मैं एक उदाहरण दे सकता है। आप प्रसारण केन्द्र **(Broadcasting Station)** के विषय में जानते ही होगे। कहाँ कलाकार गीत गाते हैं अथवा उस केन्द्र के माध्यम से सन्देश भेजते हैं। सन्देश स्वनि के रूप में होता है। आप केन्द्र में ध्वनिग्राहक **(mike)** के सामने कुछ कहते हैं। जो ध्वनि आप प्रसारण केन्द्र में गीत, भजन, कीर्तन, भत्षण, प्रवचन आदि के रूप में उत्पत्र करते हैं, वह ग्राही यन्त्र, रेडियो, ट्रांजिस्टर आदि को सम्प्रेषित नहीं होती। रेडियो यन्त्रों का आन्तरिक रचनातन्त्र इस प्रकार का होता है कि वे केन्द्र में ध्वनिग्राहक के सामने उत्पत्र की गयी ध्वनि से सीधे जुड़े नहीं होते। वस्तुस्थिति यह है कि श्वनि एक ऊर्जा में रूपान्तरित होती है। आकाश अभवा शून्य में जो गति करती है, वर प्रसारण केन्द्र में उत्पत्र हुई ध्वनि नहीं, वरन् ध्वनि का वह रूप है जिसमें यह रूपान्तरित हो जाती है या जिसमें डाल दी जाती है। ऊर्जा का एक अवैवतिक रूप, जो आकाश में गति करता है, ग्राती बन्त्रों पर प्रभाव डालता है तथा उसी ध्वनि में पुनः परिवर्तित अथवा रूपान्तरित हो जाता है जो मूलतः प्रसारण केन्द्र में उत्पन हुई थी। जो प्रसारण यन्त्र तथा ग्राही यन्त्र के मध्यमार्ग में होता है, वह ध्वनि नहीं है। ग्राही यन्त्र के माध्यम से ऊर्जा को ध्वनि में तथा प्रसारण यन्त्र के माध्यम से ध्वनि को ऊर्जा में रूपान्तरित किया जा सकता है। यही रेडियो तथा टेलीविजन का रहस्य है तथा यहीं रहस्य समग्र प्रकृति का भी है। इसी प्रकार प्रार्थनाओं से समत्कार घटित हो सकते हैं।

मन्त्र-साधना अथवा जप द्वारा की गयी प्रार्थनाएँ या आहवान एक अवैयक्तिक शक्ति में रूपान्तरित हो जाते हैं। यह शक्ति भगवान् की ही शक्ति है तथा स्वयं भगवान् द्वारा ही चमत्कार किये जाते हैं। आप कार्यों के अन्तिम कर्ता

नहीं रह जाते। आपका कर्तृत्व मात्र एक संयोग है। जो तत्त्व वास्तव में कार्य करता है, वह आपसे उच्चतर है। अतएव जब जप का प्रभाव दिखायी भी पड़ता हो, तब भी श्रेय अन्ततः भगवान् को ही दिया जाना चाहिए। स्वयं भगवान् हमारे लिए साधना करते प्रतीत होते हैं। उनके अतिरिक्त इस संसार में कौन कुछ कर सकता है। उनकी इच्छा के बिना हम अपनी उंगली भी नहीं उठा सकते। जैसा कि कहा जाता है, परम पिता परमात्मा की इच्छा के बिना एक सूखा पत्ता भी (हवा में) नहीं हिल सकता। समग्र संसार अपने गौरव तथा समृद्धि से समुज्ज्वल तथा भगवत् सत्ता है। हम यह भूल बैठे हैं कि हम इसके एक अनिवार्य अंग हैं। विशेषकर जप-साधना में हम ब्रह्माण्ड की उस सर्वव्यापी संरचना के साथ अपने तथा अपनी आन्तरिक मनोवैज्ञानिक संरचना को संस्वरित करने का प्रयास करते हैं, जिसे हम ईश्वर-शक्ति या कार्यरत भगवदिच्छा कहते हैं। आप समझ सकते हैं कि जपयोग कितना महत्त्वपूर्ण है!

नारायणो नाम नरो नराणां प्रसिद्धचौरः कथितः पृथिव्याम्।
अनेकजन्मार्जितपापसंचयं हरत्यशेषं श्रुतमात्र एव ।।

इस पृथ्वी पर नारायण नामक एक नर (व्यक्ति) प्रसिद्ध चोर बताया गया है, जिसका नाम एवं वश कर्ण-कुहरों में प्रवेश करते ही मनुष्यों की अनेक जन्मों की कमायी हुई समस्त पापराशि को हर लेता है।

-वामनपुराण

महाभारत के अन्तर्गत शान्तिपर्व के एक पूरे अध्याय-जापक उपाख्यान में जप-साधना का प्रतिपादन किया गया है। यह पढ़ने-योग्य है। इसमें बतलाया गया है कि किस प्रकार एक मुनि पूर्णतः जप, विशेषकर गायत्री जप, के प्रति समर्पित था तथा वह इन्द्र और यम जैसे देवों के भी अनुचित हस्तक्षेप का विरोध कर सकता था। कोई आश्चर्य नहीं कि भगवान् श्रीकृष्ण ने भगवद्गीता में योग की इस प्रणाली को सर्वोच्च बतलाया है- **'यज्ञानां जपयज्ञोऽस्मि ।'**

आध्यात्मिक क्षेत्र के बन्धुओ! इस साधना को गम्भीरतापूर्वक तथा पूर्ण मनोयोग से प्रारम्भ करें तथा इसमें दृढ़तापूर्वक लगे रहें। आप स्वयं देखेंगे कि आप एक भिन्न व्यक्तित्व बन गये हैं। आपके चारों ओर छोटे-मोटे चमत्कार घटित होने लगेंगे। आपको यह जान कर आश्चर्य होगा कि आपके अनजाने ही घटनाएँ कैसे रूप ले लेती हैं। वातावरण धीरे-धीरे परिवर्तित हो जायेगा। कृपया इसे स्मरण रखें कि प्रार्थनाएँ शक्ति होती हैं। प्रार्थनाओं द्वारा उत्पन्न शक्तियाँ बमों से भी अधिक बलवती होती हैं। यह कहना अतिशयोक्ति न होगा कि यदि आप निष्कपट हो कर हृदय के अन्तरतम से भगवान से प्रार्थना करें, तो आप मानवता की महत्तम सेवा करेंगे। भगवान् अपने सर्वव्यापी श्रवणों से आपकी प्रार्थना सुनेंगे **'सर्वतः पाणिपादं तत्सर्वतोऽक्षिशिरोमुखम्।'** उनके श्रवण प्रत्येक स्थान पर हैं, उनके नेत्र प्रत्येक स्थान पर हैं। संसार के दूरस्थ प्रदेशों में भी आपके द्वारा किये गये कार्यों को वह देख सकते हैं। जहाँ भी

आप हों, वहाँ से जो कुछ भी आप कह दें, उसे वह सुन सकते हैं। आपकी प्रार्थनाएँ सुनी जायेंगी और यह आपकी अपनी आत्मा की मुक्ति के लिए उसके प्रति की गयी आपकी सेवा होगी। इतना ही नहीं, यह आपके द्वारा मानवता के प्रति की गयी एक महान् सेवा भी होगी। मैं दोबारा निवेदन कर रहा हूँ- आप इस साधन को ईमानदारी तथा गहन आस्था से अपनायें। आप देखेंगे कि चमत्कार स्वतः ही घटित हो रहे हैं।

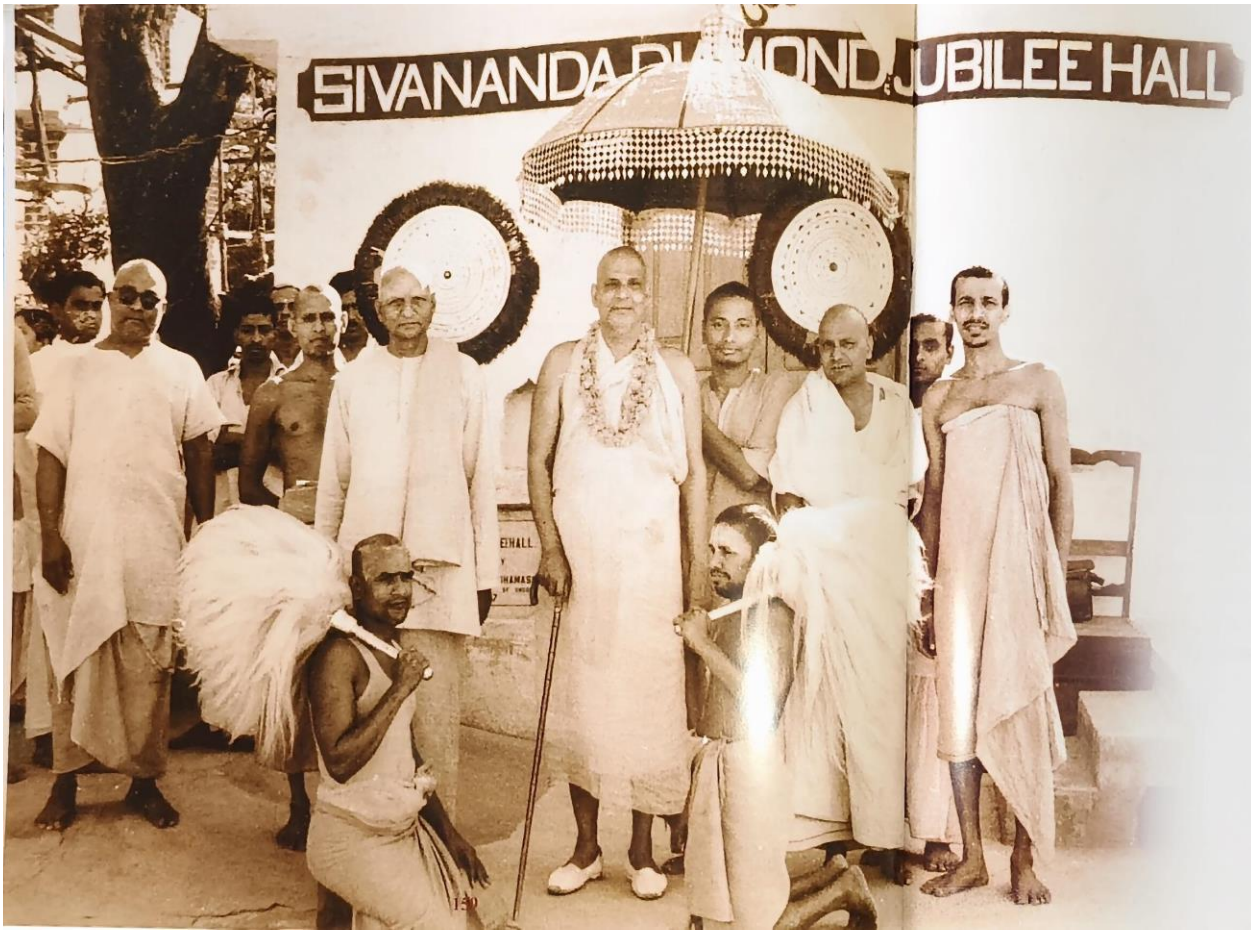
इदं हि पुंसस्तपसः श्रुतस्य वा स्विष्टस्य सूक्तस्य च बुद्धिदत्तयोः ।
अविच्युतोऽर्थः कविभिर्निरूपितो यदुत्तमश्लोकगुणानुवर्णनम् ।।

विद्वानों ने अपने अनुभव से यही निश्चय किया है कि भगवान् का गुण-कीर्तन ही तप, वेदाध्ययन, उत्तम यज्ञ, मन्त्र, ज्ञान और दान आदि का अविनाशी फल है। समस्त अध्ययन का फल भी भगवन्नाम-कीर्तन ही है।

-श्रीमद्भागवत १.५.२२

मन्त्र एवं जप

श्री स्वामी माधवानन्द जी महाराज



भगवन्नाम जप आप करते हैं। निरन्तर मन्त्र जप करने से मन्त्र के अधिष्ठातृ देवता के गुण और शक्ति का संचरण साधक में होता है। मन्त्र एक प्रकार से साधक द्वारा इष्ट देवता का स्तुतिगान है तथा सहायतार्थ दया की याचना है। पूर्ण श्रद्धा-भक्ति-पूर्वक जप करने से साधक के हृदय में मन्त्र चैतन्य हो जाता है अर्थात् मन्त्र में प्रच्छन्न शक्ति जागृत हो कर व्यक्तिगत मन्त्र सिद्धि द्वारा साधक को ज्ञान, ज्योति, शान्ति-सुख, उन्मुक्तता और दिव्य आनन्द प्रदान करती (अनुभूत कराती) है। ध्वनि की शक्ति प्रचण्ड होती है। ध्वनि-श्रवण से मन में विभिन्न विचार उद्भूत होते हैं। भगवन्नाम अनेक हैं। प्रत्येक नाम का कोई-न-कोई स्वरूप होता है। शब्द और अर्थ अभिन्न हैं। नाम-श्रवण करते ही मानस द्वारा चित्त में उससे सम्बन्धित रूप तत्क्षण प्रकट हो जाता है। भगवान् पूर्ण हैं, अतः उनसे सम्बन्धित नाम भी पूर्ण हैं। भगवान् की शक्ति अनिर्वचनीय है, क्योंकि वह शक्ति का चरमोत्कर्ष (शिखर) है।

यदीच्छसि परं ज्ञानं ज्ञानाच्च परमं पदम् ।
तदा यत्नेन महता कुरु गोविन्दकीर्तनम् ।।

यदि आत्मज्ञान की इच्छा है और आत्मज्ञान से परमपद पाने की इच्छा है, तो यत्नपूर्वक गोविन्द का कीर्तन करो।

-गरुड़पुराण

भगवन्नाम से सर्वप्रकार की उपलब्धि सम्भव है। उससे असम्भव भी सम्भव हो जाता है। शुद्ध हृदय से भगवन्नाम जपने से भगवत्-चेतना उत्पख होती है जो सच्चिदानन्द की ओर ले जाती है। मन्त्र का अर्थ ज्ञात न होने पर भी मन्त्र जप से संकल्प पूर्ति होती तो है, किन्तु उसमें समव अधिक लगता है। मन्त्र का अर्थ हृदयंगम कर श्रद्धा-भक्ति-पूर्वक जप करने से अति शीघ्र लक्ष्य की प्राप्ति होती है। करुणालय भगवान् भक्त की महायता हेतु तत्काल दौड़े आते हैं। सन्त-महात्मा एवं ज्ञानी इस सत्य के जाज्वल्यमान उदाहरण हैं। भगवान् आपको भी सत्कार्यों की शक्ति प्रदान करें। नित्य-प्रति के कार्यों में संलाश रहते हुए भी मानसिक मन्त्र जप किया जा सकता है। कर्मरत रहते हुए जप करने से केवल चित्त को ही सुख नहीं मिलता, बल्कि कर्म भी समुचित ढंग से सुसम्पत्र होता है।

जप या ध्यान करते समय आप अन्तःसाम्राज्य में प्रवेश पा लेते हैं, जहाँ अपार शान्ति है। स्मरण रखें, शाश्वत शान्ति आपके भीतर ही है। स्थिर और शान्त चित्त में ही परमात्मा की सच्ची अनुभूति हो सकती है, जो नियमित जप और ध्यान द्वारा सम्भव है। जब कोई आन्तरिक अनुभूति हो तो समझो कि परमात्मा आपके हृदय के अन्तरतम गुह्य प्रकोष्ठ में विराजमान हो आपको अनुभूति करा रहा है। वह इदय में विद्यमान है। वह वहीं निवास करता है। जप और ध्यान द्वारा आत्मा से सम्पर्क कर आत्म-प्रकाश के सौन्दर्य का प्रकटीकरण करो। इससे जीवन की द्वन्द्वात्मक समस्याओं से संघर्ष करने के लिए मानसिक सन्तुलन और शक्ति प्राप्त होती है। केवल मात्र एक ही शक्ति है और वह है ईश्वर।

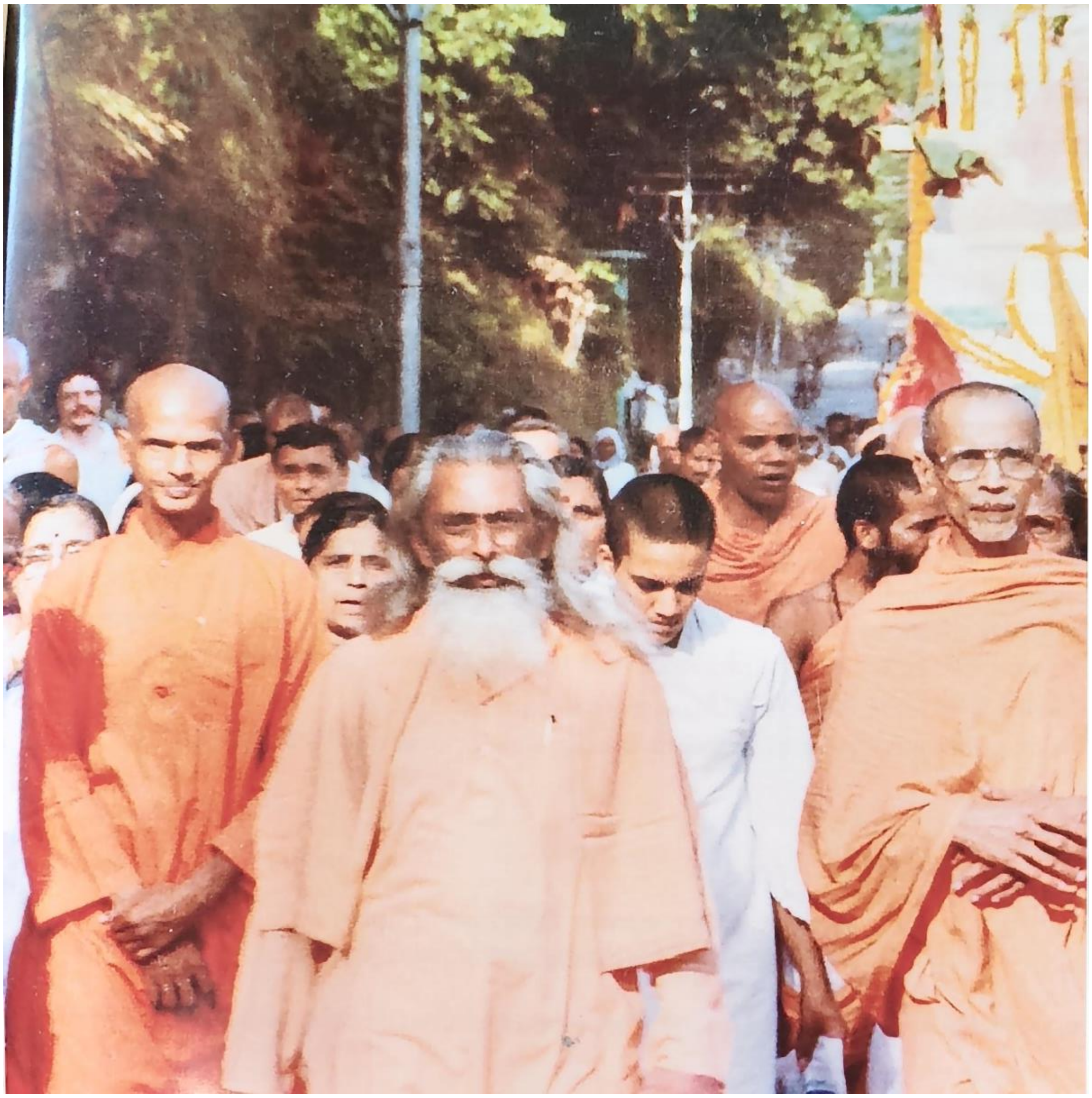
भगवान् के चिन्तन से हमें उसकी विद्यमानता की अनुभूति होती है। जैसे-जैसे आप भगवान् के समीप जायेंगे, वैसे-वैसे वह आपके समीप चले आयेंगे। श्रीमद्भगवद्गीता में भगवान् श्रीकृष्ण के द्वारा यह महान् आश्वासन दिया गया है और वहीं जप-ध्यान का आधार है। भगवद-विश्वास से हमें मानसिक सन्तुलन, ऐक्य और शान्ति की प्राप्ति होती है। संसार में हम दुःखी या असहाय हो ही नहीं सकते; क्योंकि वास्तव में कोई अकेला है ही नहीं। वह सर्वत्र सर्व में निवास करता है।

समस्त मानवीय परिस्थितियाँ भ्रामक विश्वासों से, मिथ्या विचारों से व मिथ्या दृष्टिकोण से उत्पन्न होती हैं, सत्य से नहीं। एक बार हम जप-ध्यान से विश्व को विजय करना सीख लें तो कल्याण का भाव, शान्ति की चेतना और

सच्चाई की उपलब्धि होगी जिससे हम संसार के समस्त संकटों और क्लेशों को सहन करने में सक्षम बनेंगे। परन्तु यदि हमारी चेतना में मिथ्या विश्वास, परेशानियाँ, निराशावादी विचार भरे रहेंगे तो समझो हम परमात्मा से विलग हो गये। अन्तःकरण की सूक्ष्म किन्तु शक्तिमयी आवाज को हम सुनें तो वह हमारे चित्त में परमात्मा से योग स्थापित करने की चेतना जागृत कर देगी! परमात्मा आपको सर्वोच्च सुख-समृद्धि से सुसम्पन्न करें!

कलियुग में महामन्त्र की महिमा

श्री स्वामी प्रेमानन्द जी महाराज



३ दिसम्बर, १९४३ से दिव्य जीवन संघ के मुख्यालय में अखण्ड" महामन्त्र" संकीर्तन यज्ञ हो रहा है यह बड़े सौभाग्य का विषय है।

कलिसन्तरणोपनिषद् में इस महामन्त्र की उत्पत्ति और महिमा का वर्णन मिलता है, जब नारद जी ने ब्रह्मा जी से सविनय प्रश्न किया कि इस भूलोक में भ्रमण करते हुए किस प्रकार वे "कलि" से त्राण पा सकेंगे। तब ब्रह्मा जी ने

कलियुग में भवसागर को पार करने के लिए समस्त श्रुतियों का गोपनीय रहस्य नारद जी को बताया कि भगवान् आदि पुरुष नारायण के नामोच्चारण से मनुष्य कलियुग के दोषों का नाश कर सकता है। तब हिरण्यगर्भ ब्रह्मा जी ने महामन्त्र का उपदेश किया

हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे।
हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे।।

श्री नारद जी ने इससे सम्बन्धित कुछ प्रश्न भी किये और ब्रह्मा जी ने उनका उत्तर भी दिया। जिसका सारांश यही है कि इससे श्रेष्ठ कोई दूसरा उपाय बेदों में भी देखने को नहीं आता है। इसके द्वारा षोडश कलाओं से आवृत जीव के आवरण नष्ट हो जाते हैं। अन्धकार समाप्त हो जाता है और परब्रह्म का स्वरूप स्वतः प्रकाशित होता है। इसके निरन्तर जप करने वाले को चारों प्रकार की सालोक्य, सामीप्य, सारूप्य और सायुज्य मुक्ति की प्राप्ति सहज हो जाती है। किसी विधि-विशेष का बन्धन भी इसके जप में नहीं है। कोई भी साधक इस सोलह नामों वाले मन्त्र का जप कर सकता है। इसकी यहाँ तक महिमा है कि साढ़े तीन करोड़ जप सम्पूर्ण करने पर वह ब्रह्महत्या के दोष को भी पार कर जाता है। अनेक प्रकार के पापों से छूट कर वह मुक्ति पा जाता है।

शास्त्रों में नाम संकीर्तन आदि के इतने प्रसंग हैं कि उनकी गणना भी करना बड़ा कठिन है। गरुड्पुराण में ऐसा उल्लेख मिलता है:-

नास्ति नास्ति महाभाग कलिकालसमं युगम् ।
स्मरणात् कीर्तनाद् विष्णोः प्राप्यते परमं पदम् ।।

महाभाग ! कलिकाल के समान दूसरा कोई युग नहीं है; इसमें भगवान् के स्मरण कीर्तन से मनुष्य परमपद प्राप्त कर लेता है।

-स्कन्दपुराण

"पापानलस्य दीप्तस्य मा कुर्वन्तु भयं नरा।
गोविन्दनामे मेघोघेर्नश्यते नीरविन्दुभिः ।।"

हे मनुष्य! प्रदीप्त पापानि को देख कर भय न करो। गोविन्दनामरूप मेधों के जलबिन्दुओं से इसका नाश हो जायेगा। वेदान्त-दर्शन के रचयिता भगवान् वेदव्यास ने श्रीमद्भागवत में वर्णित किया और ज्ञानीग्रेश श्री शुकदेव जी ने शीघ्र ही मृत्यु को आलिंगन करने के लिए तत्पर बैठे राजा परीक्षित को सुनाया

कलेदर्दोषनिधे राजन्नस्ति होको महान् गुणः।
कीर्तनादेव कृष्णस्य मुक्तसंगः परं व्रजेत् ।।
कृते यद् ध्यायतो विष्णु त्रेतायां यजतो मखैः।
द्वापरे परिचर्यायां कली तद्धरिकीर्तनात् ।।

हे राजन! इस दोषों से घिरे हुए कलियुग में एक महान् गुण यह है कि केवल श्रीकृष्ण के "नाम-कीर्तन" से ही मनुष्य कर्म-बन्धन से मुक्त हो कर परमात्मा को प्राप्त कर लेता है। सत्ययुग में ध्यान से, त्रेता में यज्ञों से और द्वापर में परिचर्या से जो पद प्राप्म होता था, वहीं कलियुग में केवल श्री हरिनाम कीर्तन से प्राप्त होता है।

महापुरुषों ने और शास्त्रों ने मनुष्य मात्र के कल्याण के लिए अनेक उपाय बताये हैं; परन्तु कलियुग में जो प्रमुख और सुगम साधन माना गया है, वह भगवान् के नाम का कीर्तन है-"कलौ केशवकीर्तनात्।"

भगवान् के नाम की महिमा तो अमिट है, परन्तु जब संकीर्तन के द्वारा भगवान् की गुहार की जाये तो वह बहुत जल्दी उनके पास पहुँच जाती है। वैसे तो भगवान् ने स्वयं घोषणा की है कि न वे वैकुण्ठ में हैं और ही योगियों के हृदय में। वे तो जहाँ उनके भक्त उनके नाम का गायन करते हैं, वहाँ वे निवास करते हैं।

कलिं सभाजयन्त्यार्या गुणज्ञाः सारभागिनः ।
यत्र संकीर्तनेनैव सर्वः स्वार्थोऽभिलभ्यते ।।

बुद्धिमान् कलियुग की प्रशंसा करते हैं कि इस युग में संकीर्तन से ही सब स्वार्थ सिद्ध हो जाते हैं।

-श्रीमद्भागवत ११.५.३६

नाऽहम् वसामि वैकुण्ठे योगिनां हृदये च न ।
मद्भक्ताः यत्र गायन्ति तत्र तिष्ठामि नारद ।।

चैतन्य महाप्रभु के कीर्तन को सुन कर वन में रहने वाले भीषण सिंह, भालू, आदि हिंसक पशु भी प्रेम में निभा हो कर नाम-कीर्तन करते हुए नाचने लगते हैं। भगवान् का भी यही कहना है

गीत्वा तु मम नामानि नर्तयेन्मम सन्निधौ।
इदं ब्रवीमि ते सत्यं क्रीतोऽहं तेन चार्जुन।।

जो मेरे नाम का गान करता हुआ मुझे अपने समीप मान कर मेरे सामने नाचता है, में सत्य कहता हूँ कि में उसके द्वारा खरीदा जाता है। भगवानकीर्तनका प्रभाव वातावरण एवं पर्यावरण पर भी पड़ता है. वायुमण्डल के कम्पन और लहरा में भी इसका प्रभाव होता है। महामन्त्र के तीन नाम है-हरि, राम और कृष्ण। इनमें ”हरि” शब्द का अर्थ है ”हरति योगिचेत्ताँसीति” होता है। जो योगियों के बिलों को हरण करता है, वह हरि है अथवा **”हरिहरति पापानि दुष्टचित्तेरपि स्मृतः। अनिच्छयापि संस्पृष्टो दहत्येव हि पावकः।”**

जैसे अनिच्छा से स्पर्श कर लेने पर भी अधि जला देती है, इसी प्रकार दुष्ट चित्त से भी स्मरण किया हुआ जो हरि पापों को हर लेता है, उसे ही कहते हैं। ”राम” शब्द का अर्थ है **रमन्ते योगिनो अस्मिन्त्रिति रामः”** जिसमें योगीगण रमण करते हैं उसका नाम राम है, अथवा **”रमन्ते योगिनोऽअनन्ते नित्यानन्दे चिदात्मनि। इति राम पदेनासीपरमब्रह्माभिधीयते।”** जिस अनन्त चिदात्मा परब्रह्म में योगीगण रमण करते हैं, वह राम है। ”कृष्ण” शब्द का अर्थ है- **”कर्षति योगिनां मनांसि इति कृष्णः”** जो योगियों के चित्त को आकर्षित करता है, वह कृष्ण है।

कुछ सन्त-महापुरुषों ने इस मन्त्र में श्रीराम, श्रीकृष्ण और श्री शिव को मिलाते हुए त्रिवेणी के रूप में माना है और साधारणतया भक्तजन इसी भावना को ले कर इस मन्त्र का जप करते हैं। परन्तु शास्त्रों में इस मन्त्र का जो उल्लेख मिलता है, वह ऊपर दिया गया है।

येऽहर्निशं जगद्धातुर्वासुदेवस्य कीर्तनम् ।
कुर्वन्ति तान् नरव्याघ्र न कलिर्बाधते नरान् ।।

नरश्रेष्ठ! जो लोग दिन-रात जगदाधार वासुदेव का कीर्तन करते हैं, उन्हें कलियुग नहीं सताता।

-विष्णुधर्मोत्तर

कृष्णकृष्णेति कृष्णेति कली वक्ष्यति प्रत्यहम्।
नित्ययज्ञायुतं पुण्यं तीर्थकोटिसमुद्भवम् ।।

जो कलियुग में नित्यप्रति ’कृष्ण, कृष्ण, कृष्ण’ का उच्चारण करेगा, उसे प्रतिदिन दस हजार यज्ञों और करोड़ों तीयों का पुण्य प्राप्त होगा।

-स्कन्दपुराण

श्री चैतन्य महाप्रभु ने इस मन्त्र की महिमा बड़े विस्तार से की है और चूंकि वे भगवान् कृष्ण से आकर्षित थे, इसलिए महामन्त्र में "हरे कृष्ण" का वाक्य पहले रखा और "हरे राम" का दूसरा है।

यहाँ शिवानन्द आश्रम में ३ दिसम्बर, १९४३ को जो महामन्त्र का अखण्ड जप आरम्भ हुआ, इससे सम्बन्धित भी एक कथा है। मेजर जनरल ए. एन. शर्मा पहली दिसम्बर, १९४३ में आश्रम में आ कर श्री गुरुदेव स्वामी शिवानन्द जी महाराज से मिले। अपने वार्तालाप के बीच उन्होंने यह बात भी कही कि जो यह द्वितीय विश्व युद्ध हो रहा है, इससे बहुत ही बर्बादी हो रही है। इसके रोकने के लिए क्या कोई उपाय है। सद्गुरुदेव स्वामी शिवानन्द जी महाराज ने उत्तर में कहा कि यदि अखण्ड महामन्त्र का जप कई स्थानों पर किया जाये तो इसके प्रभाव से दो वर्षों में यह विश्व युद्ध खत्म हो जायेगा। दूसरे ही दिन जब सद्गुरुदेव अपने कार्यालय में पहुँचे तो उन्होंने कहा कि मैंने जनरल साहब को राय तो दे दी, परन्तु स्वयं नहीं किया। अतः कल प्रातः से भजन हॉल में श्री महामन्त्र का अखण्ड जप आरम्भ हो जाये। वही अखण्ड जप अभी तक चल रहा है; यद्यपि अक्तूबर १९४५ में (जहाँ तक मुझे याद है) विश्व युद्ध समाप्त हो गया था। विश्व युद्ध की समाप्ति पर भजन हॉल के इन्चार्ज स्वामी जी ने सद्गुरुदेव जी से यह अनुरोध किया कि विश्व युद्ध तो समाप्त हो गया है और अब हमें भी यहाँ पर भजन हॉल में जो महामन्त्र का अखण्ड जप चल रहा है, इसे भी विधिवत् समाप्त करना चाहिए। सद्गुरुदेव जी का उत्तर था कि यह एक शुभ और पुण्य कार्य है और इसे बराबर चलते रहना चाहिए। महामन्त्र संकीर्तन अब तक अनवरत चल रहा है।

हरे राम हरे कृष्ण कृष्ण कृष्णेति मंगलम्।
एवं वदन्ति ये नित्यं न हि तान् बाधते कलिः ।।

हरे राम हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण ! ऐसा जो सदा कहते हैं, उन्हें कलियुग हानि नहीं पहुंचा सकता।

-पद्यपुराण

भक्ति-संगीतः ईश्वर-साक्षात्कार का अनुपम साधन

श्री स्वामी विद्यानन्द जी महाराज

परम पूज्य श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज भक्ति-संगीत को योग का स्थान देते हैं। वह भजन तथा कीर्तन को प्रोत्साहन देते है जिसमे मनुष्य शीघ्र ही आध्यात्मिक उत्पति कर सके। यदि हम राम राम राम राम राम नाम का जप-कीर्तन करें तो इससे यह भाव व्यक्त होता है कि गायक तथा श्रोता दोनों को आनन्द प्रदान करता है तथा सभी में शुद्ध भावना के प्रस्फुटन द्वारा भाव-समाधि का संचार करता है।

भक्ति-संगीत दिव्य है। यह मनुष्य को ईश्वर के सन्निकट लाता है। यह स्वतः ईश्वर ही है। हम इसे नादब्रह्म कहते हैं। भक्ति-संगीत ब्रह्म का प्रतीक है। साधना के रूप में हम इसे नाद-उपासना करते हैं। विद्या की देवी सरस्वती अपने हाथों में वीणा धारण करती है। वीणा नाद का प्रतीक है। इस वीणा से ॐ की अमर ध्वनि संचरित होती है। भगवान् कृष्ण अपने हाथों में बाँसुरी लिये हुए हैं। इससे आत्म-संगीत का सृजन होता है। मौरा, गौरांग, सूरदास, कबीरदास, रामदास, तुकाराम, त्यागराज तथा अन्य अनेक सन्तों ने संगीत द्वारा ही ईश्वर-साक्षात्कार प्राप्त किया।

संगीतमय कीर्तन सभी के हृदय को द्रवित करता है। यह दिव्य स्पन्दनों का निर्माण करता है जो शनैः शनैः जीवात्मा को परमात्मा से मिला देते हैं। यही आध्यात्यिक साधनाओं का लक्ष्य है। भक्ति-संगीत द्वारा मानव जीवन का चरम लक्ष्य सुगमतया प्राप्त किया जाता है।

ईश्वर के अमृतमय श्री राम, श्री कृष्ण नाम तथा उसकी महिमा का यदि उपयुक्त साधनों के द्वारा गान किया जाये तो इससे हृदय शुद्ध होता है, सांसारिक कष्टों की ज्वालाएँ बुझ जाती हैं तथा मनुष्य जन्म-मृत्यु के चक्र से मुक्त हो जाता है। यह मनुष्य को श्रेय मार्ग से ले जा कर ज्ञान प्रदान करता है, ईश्वरीय कृपा का संचार करता है तथा गायक एवं श्रोता दोनों को ईश्वरीय योग प्राप्ति के लिए समर्थ बनाता है।

कीर्तनादेव कृष्णस्य विष्णोरमिततेजसः ।
दुरितानि विलीयन्ते तमांसीव दिनोदये ।।

अमित तेजस्वी सर्वव्यापी भगवान् श्रीकृष्ण के कीर्तन मात्र से समस्त पाप उसी तरह विलीन हो जाते हैं, जैसे दिन निकल आने पर अन्धकार।

-पद्मपुराण

संकीर्तन-सम्राट् स्वामी शिवानन्द

श्री स्वामी अर्पणानन्द जी महाराज

सद्गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज ने आधुनिक मनुष्य के लिए कीर्तन को आवश्यक माना। बीसवीं शताब्दी के एक महान् सन्त के रूप में उन्होंने घोषित तथा प्रमाणित किया कि संकीर्तन ही भगवद्धामि का सरलतम तथा लघुतम साधन होते हुए, भी निःसन्देह ही, श्रेष्ठतम सफलता देने वाला एकमात्र प्रभावशाली साधन है।

यूँ तो दिव्य जीवन संघ सन् १९३६ में स्थापित किया गया; किन्तु संकीर्तन का प्रचार व प्रसार गुरुदेव ने सन् १९३३ से ही आरम्भ कर दिया था। वे संकीर्तन-सम्राट् थे। उन्होंने सभाओं तथा सम्मेलनों का उत्तर भारत में कई स्थानों पर आयोजन किया। लाहौर हरिनाम संकीर्तन मण्डल के वार्षिक संकीर्तन सम्मेलन उत्सव में गुरुदेव ने सभा मंच पर खड़े हो कर भाव-विभोर हो जो कीर्तन करना आरम्भ किया तो समस्त श्रोतागण भी खड़े हो कर, मन्त्र मुग्ध हो कर कीर्तन करने लगे। बैरिस्टर, मजिस्ट्रेट और दूसरे बड़े-बड़े लोग जो कीर्तन का उपहास किया करते थे, गुरुदेव के चुम्बकीय

व्यक्तित्व से तथा उत्साह से इतने प्रभावित हो जाते कि स्वयं मंच पर जा कर कीर्तन करने लगते और इस कीर्तन-प्रचार में अपना पूर्ण सहयोग देने लगते।

परम श्रद्धेय गुरु भगवान् से करबद्ध हार्दिक प्रार्थना है कि भौतिक जगत् की दुःखाद्रि में तपते हुए, आज के जनमानस, हम सथ प्राणिमात्र को, श्री हरि संकीर्तन की शीतल फुहारों को पाने के लिए शक्ति, उत्साह तथा प्रेरणा प्रदान करें तथा अपनी अहेतुकी कृपा द्वारा हमसे हरिनाम रटा कर, इस जन्म में ही हमारी डोलती नैया भव सागर से पार लगायें।

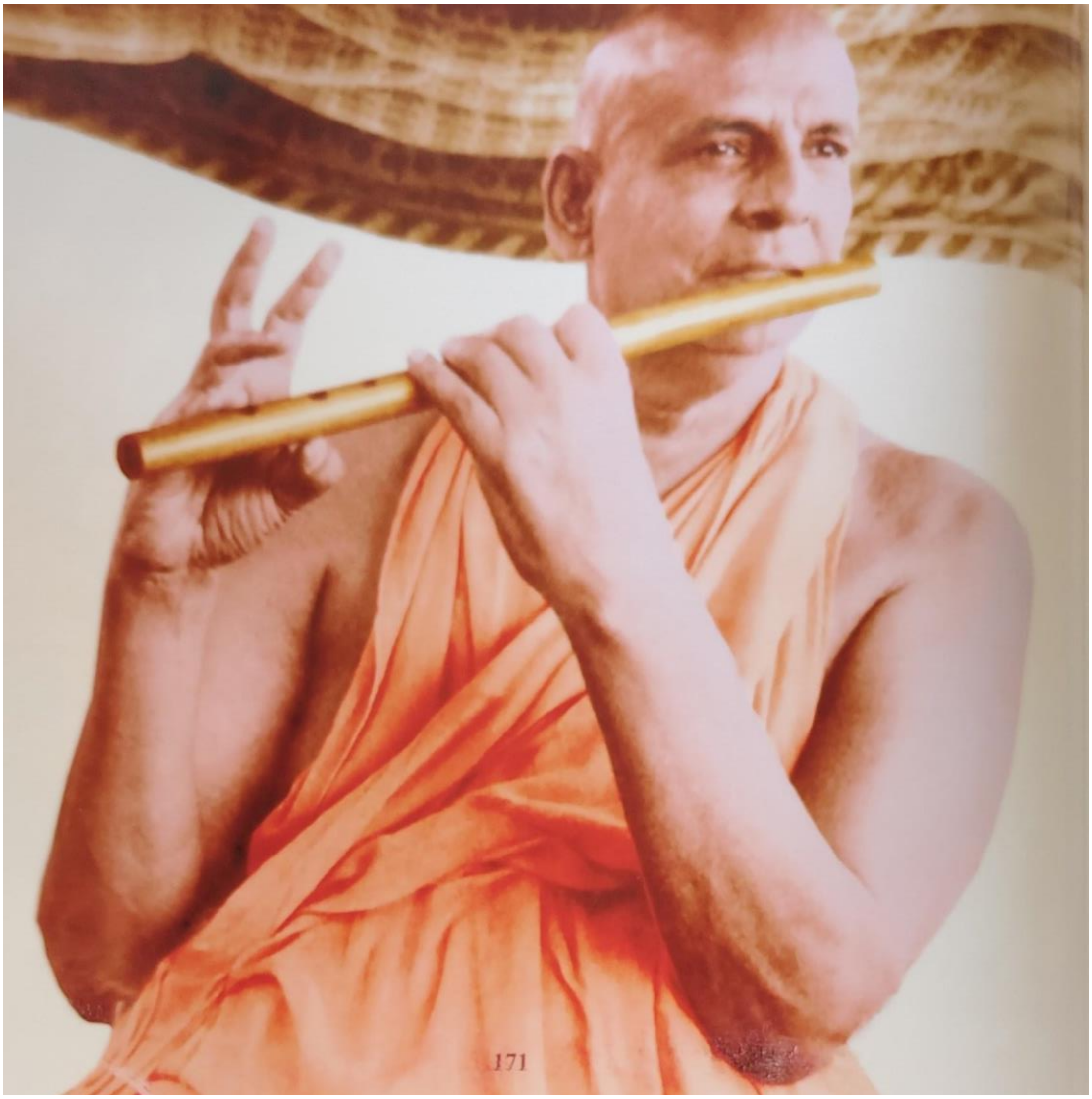
कृष्णकृष्णेति नित्यं जाग्रत् स्वपंश्च यः।
कीर्तयेत्तु कलौ चैवं कृष्णरूपी भवेद्धि सः ।।

जो कलियुग में प्रतिदिन जागते और सोते समय 'कृष्ण, कृष्ण, कृष्ण' का कीर्तन करता है, वह श्रीकृष्णस्वरूप हो जाता है ।

-स्कन्दपुराण

भगवन्नाम ही सब-कुछ है

श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज



(१) सत्ययुग में केवल ध्यान-मार्ग को ही विशेष प्रकार का साधन बताया गया है; क्योंकि उस युग में मनुष्यों की बुद्धि साधारणतया शुद्ध और विघ्न-बाधाओं से मुक्त थी।

(२) त्रेतायुग में यज्ञ प्रचलित था, क्योंकि यज्ञ की सामग्री मुविधापूर्वक प्राप्त थी और उस समय मनुष्य कुछ रजोगुण की ओर झुके हुए थे।

(३) द्वापरयुग में पूजा की प्रणाली पर जोर दिया गया है।

(४) कलियुग में मनुष्यों की बुद्धि या प्रकृति भोग की ओर अधिक झुकी होती है। ध्यान, पूजा तथा यज्ञ-कर्म सम्भव नहीं है। उच्च स्वर में भगवद्-मन्त्र का उच्चारण या कीर्तन या नामस्मरण (भगवान् के नाम का जप) भगवद्-प्राप्ति के मुख्य साधन है।

(५) भगवान् का नाम नौका है और संकीर्तन तुम्हारी पतवार है। इस संसार-सागर को इस नौका तथा पतवार से पार करो।

(६) बिना भगवन्नाम जप के किसी भी प्राणी को मुक्ति प्राप्म नहीं होती। तुम्हारा सबसे उच्च कर्तव्य उसका निरन्तर नाम-स्मरण करना है।

(७) राम-नाम चारों वेदों का सार है। जो कोई 'राम, राम' का निरन्तर जप करता है और प्रेम के आंसू चहाता है, उसे जप नित्य और स्थायी आनन्द प्राप्त कराता है। राम का नाम उसका पथ-प्रदर्शक बनेगा। अतः 'राम-राम भजो।

(८) राम नाम का उच्चारण करने वाले प्राणी को दुःख कभी नहीं होता है; उसमें मनुष्यों को आवागमन के चक्र से छुड़ाने का सामर्थ्य होता है ।

(९) हरि का नाम पापों को विध्वंस करने के लिए सबकी अपेक्षा अधिक सुरक्षित तथा सरल उपाय है यह बात किसी से गुभ नहीं है।

(१०) भगवान् का नाम शक्ति को प्राप्त करने का ऐसा उपाय है जो कभी विफल नहीं होता। तुम्हारी परीक्षा के सबसे अधिक संकटमय समय पर केवल भगवान् का नाम ही तुम्हारी रक्षा कर सकता है।

कलेदर्दोषनिधे राजन्त्रस्ति होको महान्गुणः।
कीर्तनादेव कृष्णस्य मुक्तसङ्गः परं व्रजेत् ।।

राजन् । दोषों के भण्डार कलियुग में यही एक महान् गुण है कि इस समय श्रीकृष्ण का कीर्तन मात्र करने से मनुष्य सङ्गमुक्त हो परमपद को प्राप्त हो जाता है।

-श्रीमद्भागवत १२.३.५१

(११) प्रह्लाद, ध्रुव, सनक आदि ने भगवान् का साक्षात्कार नाम-स्मरण द्वारा ही किया। (१२) पापी से पापी मनुष्य भी भगवान् के नाम जप से निश्चयतः भगवद-प्राप्ति कर सकता है।

(१३) भगवान् के नाम का स्मरण इस दृढ विश्वास के साथ करो कि उसमें तथा उसके नाम में कोई अन्तर नहीं है।

(१४) हरि-नाम के जप से मन के सब विकार नष्ट होते हैं; वह परम सुख से पूर्ण हो जाता है। वह आत्मा को परमात्मा में लीन करके उसकी सत्ता का बोध कराता है।

(१५) प्रेम और भक्तिपूर्वक उसके नाम के गुण गाओ और अपना सब-कुछ उसको अर्पण करके उसकी शरण ले लो यह सन्तों की वाणी और शास्त्रों का निर्णयात्मक अन्तिम वाक्य है।

(१६) भगवद्-गुणगान से चित्त दर्पण की भाँति शुद्ध हो जाता है, सारी वासनाएँ समाप्त हो जाती हैं और मन आनन्द-विभोर हो जाता है।

(१७) भगवन्नाम की ढाल द्वारा प्रलोभनों का मुकाबला करो। एकान्त-वास तथा मौन व्रत धारण करो और आध्यात्मिक जीवन व्यतीत करो। तुम्हारे सारे दुःख तथा संकटों का नाश हो जायेगा और तुम सबसे अधिक आनन्द पाओगे।

(१८) 'ॐ' भजो, 'ॐ नमः शिवाय' जपो। 'हरे राम, हरे कृष्ण' गाओ और इस प्रकार से अन्तर-स्वर को झंकृत कर दो।

(१९) लगातार 'ॐ नमो भगवते वासुदेवाय' का जप करो तथा उसकी अनुकम्पा और दर्शन प्राप्त करो।

(२०) भगवान् का नाम ही सर्व व्याधियों की औषधि है। केवल उस पर ही भरोसा करो। भगवान् का नाम अत्यन्त शक्तिशाली प्रकाश, बलकारक औषधि, सर्व रोगनाशक और सभी प्रकार अनुभव किया हुआ रसायन और सर्वोपरि औषधि है।

(२१) नाम और नामी में कोई अन्तर नहीं है अर्थात् भगवान् और भगवन्नाम दोनों का समान महत्त्व है।

(२२) नाम तुम्हें भगवान् का साक्षात् दर्शन करा सकता है।

(२३) नाम ही मार्ग है और नाम ही चरम लक्ष्य है।

नराणां विषयान्धानां ममताकुलचेतसाम् ।

एकमेव हरेर्नाम सर्वपापविनाशनम् ।।

ममता से व्याकुल-चित्त हुए विषयान्ध मनुष्यों के समस्त पापों का नाश करने वाला एकमात्र हरिनाम ही है।

-वृहद् नारदीय पुराण

(२४) भगवान का नाम एक सुरक्षित नौका है, जिसके आश्रय में तुम अभय पा सकते हो. मुक्ति प्राप्त कर सकते हो तथा परमानन्द का अनु कर सकते हो।

(२५) भगवन्नाम सर्वोपरि पवित्रता का प्रदाता तथा प्रकाश देने वाला है।

(२६) भगवान् का नाम अज्ञान रूपी अन्धकार का विनाशक है।

(२७) भगवान् का नाम सर्वसुखदाता है। वह नित्यानन्द और परम शान्ति प्रदान करने वाला है।

(२८) भगवन्नाम का प्रताप तथा महिमा अगम्य और अगोचर है।

(२९) भगवन्नाम अगणित तथा अपार शक्तियों का भण्डार है।

(३०) भगवन्नाम दीर्घायु देने वाला अमृत है।

(३१) संसार के सारे धनों से अधिक मूल्यवान् है- भगवन्नाम।

(३२) भगवान् से भक्त को मिलाने वाला सेतु केवल भगवान् का नाम है।

(३३) मोक्ष-द्वार को खोलने की कुंजी तथा परमानन्द प्राप्ति का साधन है-भगवान् का नाम ।

(३४) भगवन्नाम के बल पर हृदय ईश्वरीय प्रेम, प्रसन्नता तथा आनन्द से भर जाता है।

(३५) भगवन्नाम तुम्हारा मुख्याधार, समर्थक, रक्षक, धर्म केन्द्र, आदर्श तथा विश्वास स्थान है।

(३६) भगवन्नाम शान्ति, भक्ति और एकता स्थापित करता है।

(३७) भगवन्नाम का सहारा ग्रहण करो और निरन्तर भक्ति तथा भाव से एकाग्र-चित्त हो कर उसका भजन करो। तुम्हारे सारे दुःख, विपत्तियाँ और विघ्न नष्ट हो जायेंगे।

श्री भगवान् और उनका नाम अभिन्न है

श्रीरामकृष्ण परमहंसदेव

श्री भगवान् और उनका नाम अभिन्त्र हैं। नाम उनकी शक्ति है। नाम की कृपा से उनके चिन्मयरूप का दर्शन प्राप्त होता है। नाम के द्वारा ज्ञान होता है, प्रेम होता है। नाम की कृपा से उनका सानिध्य प्राप्त होता है। नाम सत्य है, नाम नित्य है।

कलियुग में भक्तियोग है-नारदीय भक्ति। नारदीय भक्ति अर्थात् भगवान् का नाम-गुण-कीर्तन करना। कलियुग में याग, यज्ञ, वेदोक्त कर्म करने के लिए समय कहाँ है? नाम का आश्रय लेने पर विचार की आवश्यकता नहीं रहती है। नाम के गुण से सारे सन्देह और कुतर्क दूर हो जाते हैं। नाम से देह-मन शुद्‌ध होता है और ईश्वर की प्राप्ति होती है। निर्जन में गुम रूप से नाम लेते-लेते उनकी कृपा होती है, फिर दर्शन होते हैं। जो राम है, वही नाम है।

एक साधु आये थे। नाम में उनका अनन्य विश्वास था। उनके पास और कुछ भी नहीं था केवल एक लोटा और एक किताब। किताब को वे बड़े आदर से रखते। प्रतिदिन फूल बढ़ा कर पूजा करते और बीच-बीच में खोल कर देखते। उनसे बातचीत हुआ करती। एक दिन बहुत कुछ कह-सुन कर उनसे देखने के लिए किताब मांग ली। खोल कर देखा तो उसमें लाल स्याही से बड़े-बड़े अक्षरों में लिखा था- रामः। उन्होंने कहा, ’बहुत ग्रन्थों को पढ़ कर क्या होगा? एक भगवान् से ही तो सारे वेद-पुराण निकले हैं। उनमें और उनके नाम में अभेद है। अतएव चार वेद, अठारह पुराण-सब शास्रों में जो कुछ है, वह सभी एक नाम में विद्‌यमान है। इससे बस, उनका नाम ही लिख रखा है।

ऋग्वेदोऽथ यजुर्वेदः सामवेदो ह्यथर्वणः।

अधीतास्तेन येनोक्तं हरिरित्यक्षरद्‌वयम् ।।

जिस भाग्यशाली मनुष्य की जिह्वा पर ’हरि’ इन दो अक्षरों वाले भगवान् का नाम विराजमान रहता है, उसने भगवड ऋग्वेदादि चारों वेदों का अध्ययन कर लिया।

-वामनपुराण

’अमृत के कुण्ड में चाहे कोई इच्छापूर्वक उतर कर नहा ले या भूल से गिर पड़े, अथवा कोई धक्का दे कर गिरा दे-अमृत का स्पर्श होते ही वह अमर हो जाता है। इसी प्रकार भगवान् का नाम चाहे जैसे भी लिया जाये वह भगवान् को मिला देता है।’

एक साधु से किसी ने पूछा- ’महाराज’ नाम लेने से क्या होता है?’ साधु ने उत्तर दिया- ’क्या होता है? नाम से क्या नहीं होता? जिस माया ने जगत् को मोहित कर रखा है, अज्ञानी बना रखा है- नाम के प्रभाव से वह माया भी मोहित हो जाती है- अपना प्रभाव खो देती है। चाहने से कहीं बहुत अधिक प्राप्त होता है। चाहना-पाना दोनों मिट जाते हैं।’

कल्पवृक्ष सम है सदा करुणामय हरिनाम।

चाह किये देता मुकति, प्रेम किये व्रजधाम ।।

’नाम कल्पतरु है मुक्ति चाहोगे, मुक्ति मिलेगी; ब्रह्मानन्द चाहोगे, ब्रह्मानन्द मिलेगा; व्रजरस चाहोगे, व्रजरस मिलेगा। नाम सब अभीष्ट को देनेवाला है। नाम के लिए कुछ भी असाध्य नहीं है।’

किं करिष्यसि सांख्येन किं योगैर्नरनायक।

मुक्तिमिच्छसि राजेन्द्र कुरु गोविन्दकीर्तनम् ।।

नरेन्द्र ! सांख्य और योग का अनुष्ठान करके क्या करोगे? यदि मुक्ति चाहते हो तो गोविन्द का कीर्तन करो।

-गरुड़पुराण

नामेव परमो धर्मो नामेव परमं तपः।
नामैव परमो बन्धुनमिव जगतां गतिः ।।

’नाम ही परम धर्म है, नाम ही परम तप है, नाम ही परम बन्धु है, नाम ही जगत् की गति है। हरिनाम सुख का धाम है, नाम के समान कोई सम्पत्ति नहीं है, नाम के समान शक्ति नहीं है, नाम के समान संग नहीं है, नाम के समान कुछ भी नहीं है।’

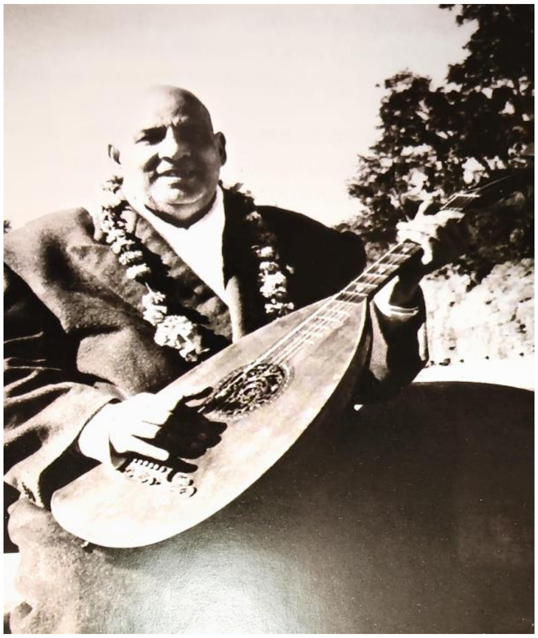
’नाम ही परम गुरु है।’

’मनुष्य की क्या सामर्थ्य है कि वह दूसरे को संसार-बन्धन से मुक्त करे? जिसकी भुवनमोहिनी माया है, वे ही माया से मुक्त कर सकते हैं। सच्चिदानन्द के बिना गति नहीं है। नाम ही सच्चिदानन्द है।’

कृष्णाय वासुदेवाय हरये परमात्मने।
प्रणतक्लेशनाशाय गोविन्दाय नमो नमः ।।

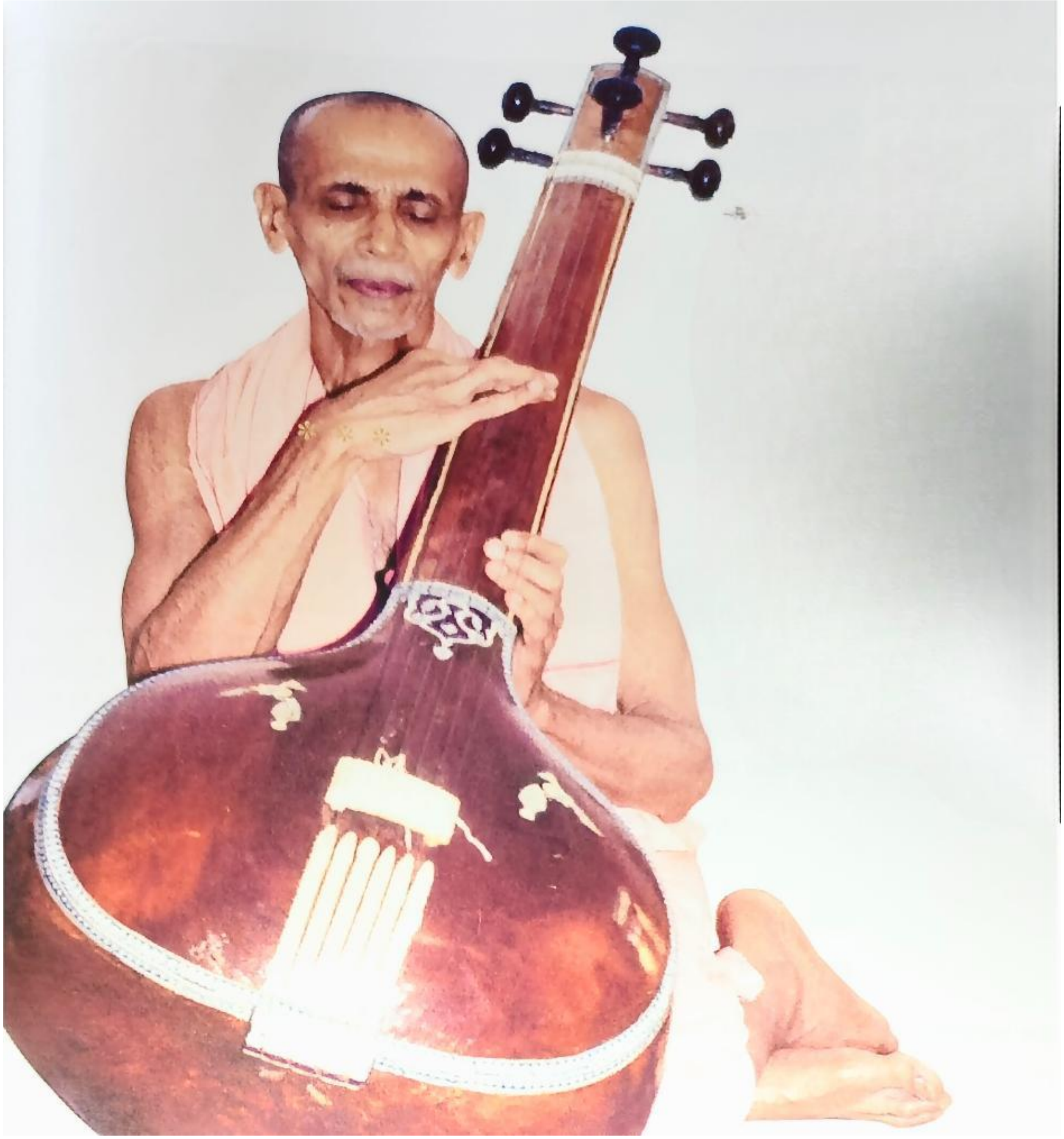
सबको अपनी ओर खींचने वाले कृष्ण, सबके हृदय में निवास करने वाले वासुदेव, पाप-ताप को हरने वाले श्रीहरि परमात्मा तथा प्रणतजनों का क्लेश दूर करने वाले भगवान् गोविन्द को बारम्बार नमस्कार है।

-पद्मपुराण



रामदास-वचनामृत

पप्पा रामदास



नाम स्मरण

मारी साधना परमात्मा का स्मरण अनवरत बनाने के लिए होती है। स्मरणदर्शन है। सबसे सरल उपाय परमात्मा के नाम का सतत जप है। नाम भक्त और भगवान के बीच की कड़ी है। इससे एक को माक्षात्कार होता है और परमात्मा के साथ एकत्व अनुभव करने योग्य होता है। नाम-स्मरण में वह वैश्वदेने का है जिसके द्वारा मनुष्य हर एक को परमात्मा के रूप में देखता है। जब आप नाम का जप करते हैं तब आप उन भगवान् का नाम लेते हैं जो आपके हृदय में बैठे हैं।

आपके अन्दर जितनी बड़ा है उसे आप परमात्मा के नाम के जप में उडेल दें। एक क्षण भी हो बिना आप जप करते चले जाइए चाहे आप रसोई में हैं, या पानी लाने में सलाम है नहा रहे हैं, बाजार में चल रहे है या कोई अन्य शारीरिक कार्य कर रहे हैं। यदि आपके होठों पर सदा नाम नहीं रहता तो आप अपने को दुःखी होने से नहीं बचा सकते। इस बात को आप सदा के लिए पढ़े बाँध लीजिए।

जप परमात्मा के प्रति प्रगाढ़ प्रेम तथा भक्ति से करना चाहिए; इसे वह अनुशासन न समझिए जो किसी दूसरे ने आप पर लाद दिया है। यदि आपको जप करने में आनन्द नहीं प्राप्म होता, तो आप जप न करें क्योंकि इससे आपको बहुत सहायता न मिलेगी। जब आपके अन्दर परमात्मा के लिए प्रेम होगा, तब परमात्मा के नाम का जप आपको महान् आनन्द प्रदान करेगा। उनके नाम के जप के साथ उनके प्रति आपके प्रेम का स्वजात निःस्राव रहे तब तो सहायता मिलती है, केवल यन्त्रवत् जप से कुछ नहीं बनता।

यह सदा आवश्यक नहीं कि आप भगवान् के नाम का गान ऊँचे स्वर से करें। प्रारम्भिक अवस्थाओं में यह शायद सहायक हो। परन्तु मानसिक जप सदा अधिक प्रभावी होता है। परमात्मा के सभी नाम महान् और सशक्त हैं। परन्तु राम नाम का अपना ही मूल्य है। लब मन्त्र में एक बहुत ही महत्त्व का अवयव है। जप के शब्द या शब्दों का मिश्रण के शमनकारी स्वरानुक्रम का व्याकुल मन पर चमत्कारी प्रभाव होता है। कोई दो मिले हुए अक्षर अपने सुसंग संगीत-द्वारा मन का शमन कर उसे शान्ति नहीं दे सकते जितना 'राम' देता है। यह ठीक ही कहा गया है कि शक्ति में 'राम' पवित्र अक्षर " के बराबर है।

रमन्ते योगिनोऽनन्ते नित्यानन्दे चिदात्मनि।
इति रामपदेनासौ परं ब्रह्माभिधीयते ।।

योगी लोग जिस अनन्त नित्यानन्द चिदात्मा में रमण करते हैं, उसी का राम-पद से बोध होता है। उसी को परब्रह्म कहते हैं।

-रामपूर्वतापिन्युपनिषद्

जो भक्त परमात्मा के सगुण या व्यक्तिगत पक्ष के द्वारा उन तक पहुँचने का यत्न करता है, उसके लिए 'राम' मूल्यवान् भी है, क्योंकि यह परमात्मा के एक अवतार का नाम है। इन कारणों से रामदास का विचार है कि भारत में अन्य किसी नाम की अपेक्षा राम-नाम अधिक सर्वप्रिय है।

विष्णोरेकैकनामापि सर्ववेदाधिकं मतम् ।
तादृङ्ग्रामसहस्रेण रामनाम समं स्मृतम् ।।

भगवान् विष्णु का एक-एक नाम भी सम्पूर्ण वेदों से अधिक माहात्म्यशाली माना गया है। ऐसे एक सहस्र नामों के तुल्य रामनाम कहा गया है।

-पद्मपुराण

परमात्मा आश्चर्य है। उनका नाम अधिक महान् आश्चर्य है जैसे कीड़ा लकड़ी में सुराख कर देता है यहाँ तक कि वह उसे अन्दर में खोखला बना देता है वैसे ही राम-मन्त्र धीरे-धीरे आपकी समस्त इच्छाएँ नह कर देता है और आपको पूर्णतया शुद्ध बना देता है। इसको गाने से आपके अन्दर नवीन बल, नूतन आनन्द और नव प्रकाश अपने-आप प्रकट होंगे। तब आप अनुभव करेंगे कि आप अमर और तेजस्वी आत्मा हैं जो परमात्या से अभित्र है।

स्वयं नाम या मन्त्र को परमात्मा समझना चाहिए। उनके किसी पृथक् रूप का ध्यान करने की आवश्यकता नहीं। नाम का स्वा नाद-ब्रह्म या शब्द ब्रह्म है, इस पर चित्त को एकाग्र करें। कुछ समय तक मन्त्र का जप करने के पश्चात् आपका मन शान्त हो जायेगा। इस प्रशान्तता में आप अपने अन्दर बैठे परमात्मा का अनुभव करेंगे और तत्पश्चात् उनकी उपस्थिति हर समय अनुभव की जायेगी। परमात्मा के माक्षात्कार का सबसे सरल उपाय नाम जप है।

रामं दूर्वादलश्यामं पद्याक्षं पीतवाससम् ।
स्तुवन्ति नामभिर्दिव्यैर्न ते संसारिणो नराः ।।

जो ड्वादल के समान श्यामसुन्दर कमलनयन पीताम्बरधारी भगवान् श्रीराम के दिव्य नामों से स्तवन करते हैं, वे मनुष्य कभी संसार-बन्धन में नहीं पड़ते हैं।

-श्रीरामरक्षास्तोत्र

श्री रामचरितमानस में नाम महिमा

स्वामी श्री अखण्डानन्द सरस्वती

चहुँ जुग तीनि काल तिहुँ लोका। भए नाम जपि जीव बिसोका ।।
बेद पुरान संत मत एहू। सकल सुकृत फल राम सनेहू।।
ध्यानु प्रथम जुग मखबिधि दूजें। द्वापर परितोषत प्रभु पूजें।।
कलि केवल मल मूल मलीना। पाप पयोनिधि जन मन मीना।।
नाम कामतरु काल कराला। सुमिरत समन सकल जग जाला।।
राम नाम कलि अभिमत दाता। हित परलोक लोक पितु माता।
नहि कलि करम न भगति बिबेकू। राम नाम अवलंबन एकू ।।
कालनेमि कलि कपट निधानू। नाम सुमति समरथ हनुमानू।।

दो०- राम नाम नरकेसरी कनककसिपु कलिकाल।
जापक जन प्रहलाद जिमि पालिहि दलि सुरसाल ।।

'चहुँ जुग तीनि काल तिहुँ लोका' तो देखो, भूत-भविष्य वर्तमान में जो चारों युग होते हैं और तिहुँ लोकाये जो स्थान है और जितने जीव हैं, ये सब नाम का जप करके शोकरहित हो गये हैं। सब देश में, सब काल में, सब लोक में जो भी जीव शोक रहित हुआ है वह भगवान् के नाम का जप करके शोकरहित हुआ है।

'बेद पुरान सन्त मत एहू' - इसलिए वेद, पुराण, सन्त मुख्य प्रमाण हैं। अपौरुषेय ज्ञानराशि और पुराण जो हैं, वे ऋषियों के द्वारा स्मरण किये गये हैं। सन्त जो अनुभवी पुरुष होते हैं उनका अर्थात् तीनों का यह मत है। क्या मत है?

सकृदुच्चारयेद्यस्तु रामनामेति मंगलम्।
हेलया श्रद्धया वापि स पूतः सर्वपातकैः ।।

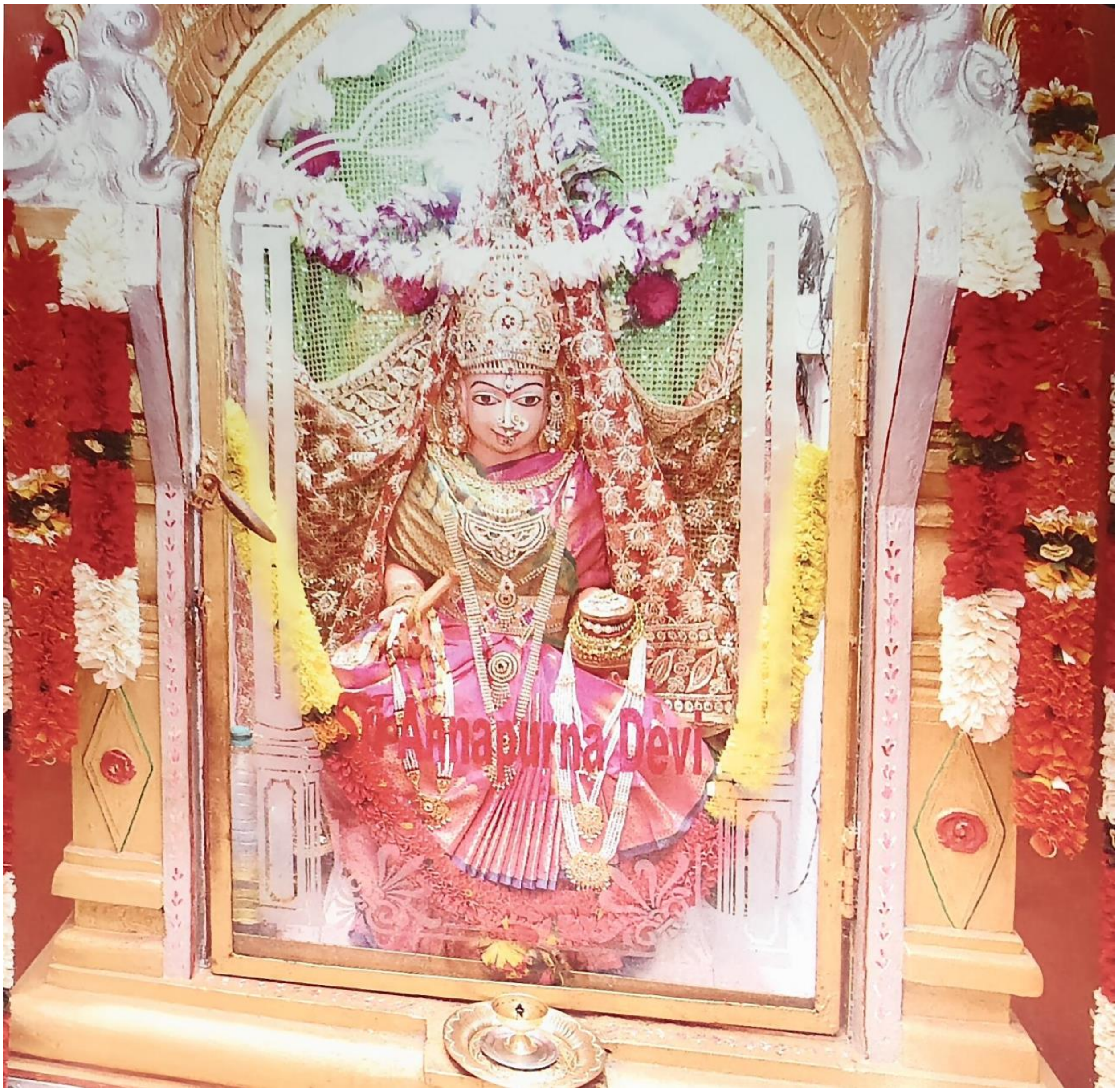
जो श्रद्धा या अवहेलना से भी एक बार राम नाम का उच्चारण करता है, वह सब पापों से मुक्त हो पवित्र हो जाता है।

-ब्रह्मरहस्य

'सकल सुकृत फल राम सनेहूँ'- जितना संसार में पुण्य है; सुकृत माने पुण्य, उसका यह फल है कि राम से स्नेह होवे। देखो, स्नेह हुए बिना तो रहेगा नहीं। यह हृदय स्नेह से भरा हुआ है; लेकिन इसको कोई दुनिया में जोड़ देते हैं, जैसे

कोई दूध बालू में बिखेर दे, किसके हाथ लगा? और किसी ने गिलास में भर कर अपने प्यारे को पिला दिया। जिसने अपने प्यारे को दूध पिलाया, उसका दूध सफल हो गया और जिसने बालू में बिखेर दिया, उसका नुकसान हो गया। सब पुण्यों का फल यह है कि भगवान् से स्नेह किया जाये, संसार में अगर किसी को स्नेह दोगे, तो वह मरेगा, वह बिछुड़ेगा, वह बेवफा हो जायेगा; लेकिन भगवान् से प्रेम करोगे तो न मरेंगे, बिछुड़ेंगे, न बेवफा होंगे, ये सदा तुम्हारे हृदय में रहने वाले हैं। तो सब पुण्यों का फल यह है कि भगवान् से प्रेम करो।

'ध्यान प्रथम जुग मख विधि दूजें'- अब समय के अनुसार चताते हैं 'प्रथम जुग' माने सत्ययुग में ध्यान करना चाहिए। दूसरे त्रेतायुग में यज्ञ करना चाहिए। तीसरे युग-'द्वापर' में पूजा करनी चाहिए। इससे प्रभु परितुष्ट होते हैं, सन्तुष्ट होते हैं। लेकिन यह तो है कलियुग। यह न सतयुग है, न त्रेता है, न द्वापर है। सत्ययुग में लोगों का स्वभाव से ही चित्त एकाग्रता प्रधान होता है। लोग यही चाहते हैं कि हमारा मन शान्त हो जाये, हमको कुछ नहीं चाहिए। त्रेता में लोग श्रद्धा करते हैं और यज्ञ करते हैं। द्वापर में लोगों के मन में संशय बहुत होता है।
कलियुग में लोगों का मन पाप में लगता है। ये चारों युग हर समय रहते हैं। जब तुम्हारे मन में पाप आये तो समझना अब तुम कलियुग में हो। जब शंका आये तो समझना द्वापर में हो।



’कलि केवल मल मूल मलीना’ इस तरह से अपनी स्थिति को समझ कर कि यह कलह का युग है, जिसमें पति-पत्नी रोज लड़ें, पिता-पुत्र रोज लड़े, भाई-भाई रोज लड़ें, उसी का नाम कलि है, और यह मलमूल है सारी वासनाएँ, इसी में से निकलती हैं, बड़ा मलिन युग है। यह जनका जो मन है, लोगों का जो मन ”मीन” है वह पाप के समुद्र में प्रेम करके रहने लगा है, पाप-वासना के बिना मानो वह जीना ही नहीं चाहता।

अहो बत श्वपचोऽतो गरीयान्

यज्जिहवाग्रे वर्तते नाम तुभ्यम्।

तेपुस्तपस्ते जुहुवुः सस्नुरार्या

ब्रह्मानूचुर्नाम गृणन्ति ये ते ।।

अहो ! जिसकी जिह्वा पर पवित्र नाम रहता है, यह चाण्डाल भी श्रेष्ठ है; क्योंकि जो आपके नाम का कीर्तन करते हैं, उन श्रेष्ठ पुरुषों ने तप, यज्ञ, तीर्थस्नान और वेदाध्ययन सब कुछ कर लिया।

-श्रीमद्भागवत ३.३३.७

'नाम कामतरु काल कराला' इतना विकराल काल आया परिस्थिति बदल गयी । 'काल कराला'काल के गाल में हम पड़े हुए है। इसमें एक कल्पवृक्ष हमको सेलेना चाहिए, ग्रहण कर लेना चाहिए। वह कल्पवृक्ष क्या है? भगवान का नाम और वहाँ जाना नहीं पड़ता। वर जो कल्पवृक्ष है स्वर्णवाला, जिसके बारे में हम लोगों ने सुना है, कभी देखा नहीं है, वह कल्पतरु कल्पना का वृक्ष है, कल्पित है स्वयं। उसके पास तो जाना पड़ता है। मर कर जाओ तब कहीं मिले तो मिले ही नहीं। यह नाम रूपी जो कल्पवृक्ष है, वह तो इसी जीवन में मिले। 'सुमिरत समन सकल जग जाला' नाम का स्मरण करो और दुनिया का यह जाल शान्त हो जाये।

'राम-नराम कलि अभिमत दाता' - इस कलियुग में जो चाहो सो-देने वाला है और परलोक में भी हितकारी है और लोक में भी माता-पिता है। जैसे माता-पिता से चाहे जो माँग लो, वैसे नाम से चाहे जो माँग लो, मिल जायेगा।

'नहिं कलि करम न घगति विवेकू' - कलियुग में काम माने धर्म और भगति माने उपासना और विवेक माने ज्ञान। धर्म, उपासना और ज्ञान-इन तीनों घाटों की प्रधानता नहीं है 'राम नाम अवलम्बन एकू।' यह चतुर्थ घाट है, यह शरणागति का घाट है। भगवान् का आश्रय ले कर बैठ जाओ।

'कालनेमि कलि कपट निधानू'-यह कलियुग कपटनिधान कालनेमि है और इस कपटनिधान कालनेमि को मारने के लिए नाम सुमति और समर्थ हनुमान है। जैसे हनुमान जी कालनेमि को मार डालते हैं, वैसे ही यह नाम काल के प्रभाव को नष्ट कर देता है। राम-राम करो। अपने मन को राम के नाम में लगाओ, दुनिया की चर्चा में क्या रखा है?

'राम नाम नर केसरी' - राम नाम नृसिंह भगवान् है और कलिकाल हिरण्यकशिपु है और ये भक्तजन प्रहलाद के समान हैं। तो भाई यह नामरूपी जो नृसिंह है यह कलिकाल को मारने के लिए, सरमाल रिण्यकशिप है। उसको मार कर भक्त की, जन की रक्षा करेगा।

भगवान् शिव-प्रतीक दर्शन

श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

भगवान् शिव ब्रह्म के संहारकारी रूप को द्योतित करते हैं। ब्रह्म का वह अंश, जो तमोगुण प्रधान माया द्वारा आच्छादित है, वह भगवान् शिव हैं वे भगवान् शिव जो सर्वव्यापक ईश्वर हैं, जो कैलास पर्वत पर रहते हैं। वे ज्ञान के भण्डार हैं। पार्वती, काली अथवा दुर्गा से रहित जो शिव हैं, वह स्वयं ही निर्गुण ब्रह्म हैं। माया-पार्वती के सहित वे अपने भक्तों की पावन भक्ति के लिए सगुण ब्रह्म बन जाते हैं। राम के भक्तों को राम की भक्ति से पूर्व तीन से छह मास तक भगवान् शिव की उपासना अवश्य करनी चाहिए। स्वयं राम ने प्रसिद्ध रामेश्वर में भगवान् शिव की पूजा की थी। भगवान् शिव दिगम्बर वेश में तपस्वियों के भगवान् हैं, योगियों के भगवान् हैं।

उनके दक्षिण हस्त में धारण किया हुआ त्रिशूल तीन गुणों-सत्त्व, रजस् और तमस् का प्रतीक है। यह प्रभुत्व को सूचित करता है। वे इन तीनों गुणों के द्वारा जगत् का नियन्त्रण करते हैं। उनके वाम हस्त में धारण किया हुआ डमरू 'शब्द ब्रह्म' का प्रतीक है। यह उस ॐ का प्रतीक है, जिसमें से समस्त भाषाएँ बनी हैं। उन्होंने ही अपने डमरू में से संस्कृत भाषा की रचना की है। अर्ध-चन्द्र यह सूचित करता है कि उन्होंने मन पर पूर्णतया नियन्त्रण कर लिया है। गंगा का प्रवाह अनश्वरता के अमृत का द्योतक है।

गज अभिमान का प्रतीकात्मक प्रकटन होता है। गज-चर्म धारण करने का अर्थ है कि उन्होंने अभिमान को नियन्त्रित कर लिया है। सिंह काम का सूचक माना गया है। उनका चापम्बर पर बैठना यह प्रकट करता है कि उन्होंने काम-लालसा को जीत लिया है। एक हाथ में मृग को पकड़े हुए होना इस बात को सूचित करता है कि उन्होंने मन की चंचलता को दूर कर दिया है। मूग बहुत शीघ्रता से एक स्थान से दूसरे स्थान पर कूदता रहता है। उनका सर्पों को

धारण करना ज्ञान और शाश्वतता का प्रतीक है। सर्प दीर्घजीवी होते हैं। वे त्रिलोचन-तीन नेत्रधारी हैं। मस्तक के मध्य में तृतीय नेत्र ज्ञान-चक्षु है।

भगवान् शिव का बीज अक्षर ॐ है।

नागेन्द्रहाराय त्रिलोचनाय भस्माङ्गरागाय महेश्वराय।
नित्याय शुद्धाय दिगम्बराय तस्मै नकाराय नमः शिवाय ।।

विशाल सर्प की माला धारण करने वाले, तीन नेत्रों वाले, भस्म का शरीर पर लेप करने वाले, सनातन, शुद्धस्वरूप वाले, दिगम्बर भगवान् शिव को नमस्कार है, जो 'नमः शिवाय' में 'न' वर्ण स्वरूप हैं।

-शिव पंचाक्षर स्तोत्रम् १

वे शिवम्, सुन्दरम्, कान्तम् है। शान्तं शिवं अद्वैतम्" (माण्डूक्य उपनिषद्) ।

मैं उन भगवान् शिव के चरणारविन्दों में करबद्ध नतमस्तक हो कोटि-कोटि प्रणाम करता है, जो अद्वय हैं, जो समस्त जगत् और समस्त हृदयों के अधिष्ठान हैं, जो सत्-चित्- आनन्द हैं, जो सर्वनियन्ता, अन्तर्यामी, सबके साक्षी है, जो स्वयंप्रकाश, स्वयंस्थित और परिपूर्ण हैं; जी आदिकालीन अविद्या को दूर करने वाले हैं और जो आदि-गुरु अथवा परम-गुरु अथवा जगद-गुरु हैं।

अपने सार रूप में मैं वही हूँ। **शिवोऽहं शिवोऽहं शिवोऽहम् ।**

भगवान् शिव का सर्प-धारण

सर्प जीवात्मा है, जिसे शिव परमात्मा धारण किये हुए हैं। सर्प के पंच-मुखों का अर्थ पंच-तत्व- पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु और आकाश अथवा पाँच इन्द्रियों से है। वह पाँच प्राणों का भी प्रतीक है जो सर्प की कुंकार की भाँति शरीर में प्रवाहित होते हैं। श्वास-प्रश्वास की ध्वनि सर्प की फुंकार की भाँति होती है। पाँच तन्मात्राएँ, पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ, पाँच कर्मेन्द्रियाँ तथा अन्य पाँच-पाँच के समूह शिव स्वयं ही है। जीवात्मा इन्हीं तत्त्वों के माध्यम से संसार के विषयों को भोगता है। जब व्यक्ति इन्द्रियों को नियन्त्रित करके ज्ञान प्राप्त कर लेता है, तब उसे सालोक्य (भगवान् शिव के लोक में स्थायी निवास) की प्राप्ति होती है। भगवान् शिव के सर्प धारण करने का यह गुहा अर्थ है।

भगवान् शिव पूर्णतया निर्भय हैं। श्रुतियों का कथन है-"यह ब्रह्म अभयम् है, अमृतम् है।" सांसारिक व्यक्ति साँप को देख कर ही भयभीत हो जाते हैं, परन्तु भगवान् शिव सर्पों को आभूषण की भाँति शरीर पर धारण किये हुए हैं। यह स्पष्ट करता है कि भगवान् शिव पूर्णतया निर्भय और शाश्वत हैं।

प्रायः सर्प दीर्घजीवी होते हैं। भगवान् शिव का सर्प-धारण करना उनके शाश्वत होने को सूचित करता है।

भस्म, नन्दी इत्यादि का अर्थ

'नमः शिवाय' भगवान् शिव का मन्त्र है। 'न' पृथ्वी और ब्रह्म का प्रतीक है। 'म' जल और विष्णु का, 'शि' अग्नि और रुद्र का, 'वा' वायु और महेश्वर का तथा 'य' आकाश तथा सदाशिव और जीव का भी प्रतीक है।

मन्दाकिनीसलिलचन्दनचर्चिताय नन्दीश्वरप्रमथनाथमहेश्वराय ।
मन्दारपुष्पबहुपुष्पसुपूजिताय तस्मै मकाराय नमः शिवाय।।

गंगा के जल रूपी चन्दन से चर्चित शरीर वाले, नन्दी तथा प्रमथगणों के स्वामी, मन्दार आदि प्रमुख पुष्यों से पूजित, भगवान् शिव को नमस्कार है, जो 'नमः शिवाय' में 'म' वर्ण स्वरूप हैं।

-शिव पंचाक्षर स्तोत्रम् २

भगवान शिव गौरवर्ण हैं। गौर वर्ण का क्या महत्त्व है? वे मौन रूप से यह शिक्षा देते हैं कि हमें हृदय राद्ध रखना चाहिए और विचार भी सद रखने चाहिए तथा कुटिलता, चतुराई, धूर्तता, ईर्ष्यों व पृणा इत्यादि से दूर रहना चाहिए।

वे अपने मस्तक पर विभूति की तीन रेखाएँ धारण किये रहते हैं। इसका क्या महत्त्व है? वे मौन रूप से यह शिक्षा देते हैं कि लोगों को तीनों अशुद्धियों (अहंता, सकाम कर्म और माया), तीनों एषणाओं (धन, घरा और नारी की एषणा), तथा तीनों वासनाओं (लोक वासना, देह वासना और शास्त्र वासना) को नष्ट कर देना चाहिए और फिर शुद्ध हुए हृदय के द्वारा उन्हें (भगवान् को) प्राप्त कर लेना चाहिए।

भगवान् शिव के परम पावन मन्दिर-गर्भगृह के समक्ष का बलिपीठ किसका द्योतक है? इसका अर्थ यह है कि हमें ईश्वर-प्राप्ति से पूर्व अपनी अहंता और ममता को नष्ट कर देना चाहिए।

शिवलिंग के समक्ष नन्दी क्या दर्शाता है? नन्दी शिव का द्वारपाल अथवा सेवक है। वह भगवान् शिव का वाहन है। वह सत्संग का प्रतीक है। यदि आप सन्तों का संग करेंगे, तो आपको भगवत् प्राप्ति अवश्य होगी। सन्त आपको उन

तक पहुँचने का पथ दशर्शायेंगे। वे आपके मार्ग में पड़े हुए पत्थरों या उलझनों को दूर कर देंगे और आपके हृदय में वैराग्य, विवेक तथा ज्ञान भर देंगे। निर्भयता और अमरत्व के दूसरे तह पा पहुँचने के लिए सत्संग से अधिक सुरक्षित नाव और कोई नहीं है। सांसारिक बुद्धि वाले व्यक्तियों और जिज्ञासुओं के लिए एक क्षण का मी सत्संग अथवा सन्तों का साथ एक महान् वरदान है। सत्संग के द्वारा उन्हें परमात्मा के अस्तित्व में दृढ़ विश्वास उत्पन्न होता है। सना सांसारिक संस्कारों को दूर करते हैं। सन्तों का सान्निध्य व्यक्ति की माया के आकर्षण से रक्षा करने के लिए एक दुर्जेय दुर्ग है।

भगवान् शिव परमात्मा के संहारकारी पक्ष का प्रतिनिधित्व करते हैं। वे कैलास पर्वत पर समाधिस्थ दिखायी देते हैं। वे पवित्रता, संसार के प्रति त्याग तथा विरक्ति के भाव की प्रतिमूर्ति हैं। उनके एप्तक के मध्य का तीसरा नेत्र विश्वसतक शक्ति का प्रतीक है जो जब भी खुलता है-ससार का विनाश कर देता है। नन्दी उनका विशेष प्रेम द्वारपाल है। वह समसति को मौन करवाता हुआ प्रतीत होता है जिससे कि भगवान् की समाधि में बाधा न हो। भगवान् के हाथ, दस नेत्र और दो हैं।

शिवाय गौरीवदनारविन्दसूर्याय दक्षाऽध्वरनाशकाय ।
श्री नीलकण्ठाय वृषध्वजाय तस्मै शिकाराय नमः शिवाय ।।

हे कल्याण स्वरूप ! पार्वती जी के मुखकमल को विकसित करने वाले सूर्य, दक्ष के यज्ञ के ध्वंसक, नीलकण्ठ, जिनकी ध्वजा में बैल का चिन्ह है, जो 'नमः शिवाय' में 'शि' वर्ण स्वरूप हैं, उन शिव को नमस्कार है।

-शिव पंचाक्षर स्तोत्रम् ३

वृषभ अथवा बैल धर्म देवता का प्रतीक है। भगवान् शिव बैल की सवारी करते हैं। पृषभ उनका वाहन है। यह सूचित करता है कि भगवान् शिव धर्म के रक्षक हैं; धर्म और धर्मपरायणता की प्रतिमूर्ति हैं।

'मृग' बेदों का प्रतीक है। इसकी चार टाँग चारों वेदों की प्रतीक हैं। भगवान् शिव ने अपने हाथ से मूग को पकड़ा हुआ है। यह प्रकट करता है। कि वे बेटों के प्रदाता ईश्वर है।

उनके एक हाथ में खड्ग है। यह प्रकट करता है कि वे जन्म-मरण का विनाश करते हैं। उनके एक हाथ में धारण की हुई अनि यह दर्शाती है कि ने जीवों के पापों को जला कर उनकी रक्षा करते हैं।

अभिषेक का दर्शन

वरदाता भगवान् शिव को प्रणाम है। उमापति को, पशुपति को, समस्त जीवों के नाथ को प्रणाम है!

"अलंकारप्रिय विष्णु, अभिषेक प्रिय शिव- भगवान् विष्णु को अलंकार (सुन्दर वस्त्र, आभूषण इत्यादि) अति प्रिय हैं। भगवान् शिव को अभिषेक प्रिय है।" भगवान शिव के मन्दिरों में एक ताँबे अथवा पीतल का पड़ा- जिसके मध्य में सुराख होता है- शिवमूर्ति या शिवलिंग के ऊपर लटकाया रहता है, जिसमें जल भरा होता है और यह जल सुराख में से मूर्ति के ऊपर रात्रि दिवस निरन्तर टपकता रहता है। शिवलिंग के ऊपर जल, दूध, घृत, मधु, नारियल पानी और पंचामृत इत्यादि चढ़ाना अभिषेक कहलाता है। अभिषेक भगवान् शिव के लिए होता है। अभिषेक के साथ-साथ रुद्री का पाठ होता है। भगवान् शिव अभिषेक से अत्यन्त सन्तुष्ट होते हैं।

भगवान् शिव ने समुद्र से निकलने वाले हलाहल का पान किया था और अपने मस्तिष्क को शीतल रखने के लिए गंगा और चन्द्रमा को शिर पर धारण कर लिया था। उनका तृतीय नेत्र अग्नि नेत्र है। निरन्तर अभिषेक से यह तीसरा नेत्र शान्त रहता है।

उच्चतम और महानतम अभिषेक तो हृदय में स्थित आत्मलिंग पर शुद्ध प्रेम रूपी जल चढ़ाना है। विभिन्न द्रव्यों द्वारा बाह्य अभिषेक से भगवान् के प्रति श्रद्धा और भक्ति विकसित होती है और यह अन्ततः शुद्ध प्रेम-प्रवाह से होने वाले आन्तरिक अभिषेक की ओर अग्रसर होती है।

वशिष्ठ कुम्भोद्भवगौतमार्यमुनीन्द्रदेवाऽर्चितशेखराय ।
चन्द्रार्कवैश्वानरलोचनाय तस्मै वकाराय नमः शिवाय ।।

वसिष्ठ, अगस्त्य और गोतम आदि श्रेष्ठ मुनियों तथा देवों से जिनका मस्तक पूजित है, चन्द्रमा, सूर्य और अग्नि जिनके नेत्र हैं, उन 'नमः शिवाय' में 'व' वर्ण स्वरूप शिव को नमस्कार है।

-शिव पंचाक्षर स्तोत्र ४

अभिषेक शिवोपासना का एक अंग है। अभिषेक के बिना शिवोपासना अधूरी है। अभिषेक के समय रुद्री, पुरुषसूक्त, चमकम् महामृत्युंजय जप इत्यादि का एक विशेष लय और विशेष ढंग से पाठ होता है। सोमवार और प्रदोष (त्रयोदशी) भगवान् शिव के विशेष और पवित्र दिन होते हैं। इन दिनों में शिव भक्त उनकी विशेष पूजा, एकादश रुद्री से अभिषेक, अर्चना, प्रसाद वितरण और दीप-प्रज्वलन करते हैं।

एकादश-रुद्र अभिषेक में, अभिषेक के लिए प्रत्येक रुद्र के साथ भिन्न-भिन्न द्रव्य से अभिषेक होता है। गंगाजल, दूप, पूत, मधु, गुलाब-जल, नारियल-जल, चन्दन, पंचामृत, सुगन्धित तेल, शर्करा रस व नींबू का रस इत्यादि द्रज्य अभिषेक में प्रयुक्त होते हैं। प्रत्येक अभिषेक के पश्चात् भगवान् के शीश पर शुद्ध जल चढ़ाया जाता है। जब रुद्र पाठ होता है, तो रुद्र के पद्य के बाद विभिन्न द्रव्य एक-एक करके अर्पित किये जाते हैं। अभिषेक जल अथवा अभिषेक में प्रयुक्त अन्य द्रव्य अत्यन्त पवित्र माने जाते हैं और जो भक्त इसे प्रसाद रूप में प्रहण करते हैं. उनके लिए यह अत्यन्त वरदायक होते हैं। यह हृदय को शुद्ध करके असंख्य पापों को नष्ट करते हैं। इन्हें बहुत भक्ति व भाव सहित प्रदान करना चाहिए।

जब आप भाव और भक्ति से अभिषेक करते हैं, तो आपका मन एकाग्र हो जाता है। आपका हृदय प्रभु की छवि से और दिव्य विचारों से भर जाता है। आप अपनी देह को, इसके सम्बन्धों को तथा बाह्य वातावरण को भूल जाते हैं। धीरे-धीरे अहं भाव नष्ट हो जाता है। जब यह विस्मृति हो जाती है, तब आपको भगवान् शिव की शाश्वत कृपा के आनन्द की अनुभूति आरम्भ होती है। रुद्र का पाठ अथवा ॐ नमः शिवाय का जप आपके मन को शुद्ध करके सत्व से परिपूर्ण कर देता है।

यदि आप किसी रोग से पीड़ित व्यक्ति के लिए रुद्र पाठ सहित अभिषेक करें, तो वह शीघ्र ही उस रोग से मुक्त हो जायेगा। अभिषेक द्वारा असाध्य रोग भी दूर हो जाते हैं। अभिषेक स्वास्थ्य, धन-सम्पदा, सन्तान इत्यादि प्रदान करता है। सोमवार को अभिषेक करना अत्यन्त शुभहोता है।

भगवान् को दूध, मधु, पंचामृत इत्यादि अर्पित करने से देहाध्यास समाप्त होता है। स्वार्थ भाव धीरे-धीरे नष्ट हो जाता है। आपको अत्यधिक आनन्द की प्राप्ति होती है। आप भगवान् को और अधिक अर्पण करना आरम्भ कर देते हैं। इस प्रकार आत्म-त्याग और आत्म-समर्पण सहज रूप से विकसित होने लगता है। आपके हृदय में ऐसे उद्गार 'मैं आपका हूँ प्रभु! मेरा सर्वस्व आपका है' प्रस्फुटित होने लगते हैं।

यक्षस्वरूपाय जटाधराय पिनाकहस्ताय सनातनाय ।
दिव्याय देवाय दिगम्बराय तस्मै यकाराय नमः शिवाय।।

यक्ष स्वरूप धारण करने वाले, जटाधारी, जिनके हाथ में 'पिनाक' नामक धनुष है, जो नित्य हैं, दिव्य है, दिगम्बर हैं, ऐसे उन 'नमः शिवाय' के 'य' वर्ण स्वरूप शिव को नमस्कार करता है।

-शिव पंचाक्षर स्तोत्रम् ५

कण्णप्प नयनार, जो कि एक शिकारी था किन्तु महान् शिव भक्त था, ने दक्षिण भारत में कालहस्ति में शिवलिंग पर अभिषेक के लिए अपने पुछ में जल भर कर अर्पित किया और भगवान् शिव को प्रसज कर लिया। भगवान् शिव शुद्ध भक्ति भाव से सन्तुष्ट होते हैं। मानसिक भाव का ही महत्व है, बाह्य प्रदर्शन का नहीं। भगवान् शिव ने मन्दिर के पुजारी से कहा- "मेरे भक्त कण्णप्प के मुख द्वारा अर्पित यह जल गंगा-जल मे भी अधिक पवित्र है।"

भक्त को भगवान् का अभिषेक नियमित रूप से करना चाहिए। उसे रुद्र और चमक कण्ठस्थ होने चाहिए। एकादश रुद्र अधिक प्रभावशाली है। उत्तर भारत में प्रत्येक सी और पुरुष एक लोटा जल शिवलिंग पर चढ़ाते हैं। यह भी लाभदायक है और कामनाओं की पूर्ति करने वाला है। शिवरात्रि को अभिषेक करने का अत्यधिक महत्त्व है। आप सब रुद्र पाठ करें, जिसमें भगवान् शिव की महिमा का वर्णन है। प्रत्येक जीव में, जड़-चेतन में उन्हीं के प्रकटीकरण की महिमा का वर्णन है। आप सब नित्य-प्रति अभिषेक करके भगवान् शिव के कृपापात्र बरें! भगवान् विश्वनाथ आप पर प्रसत्र हों।

पंचाक्षर का रहस्य

पंचाक्षर महामन्त्र है जो पाँच अक्षरों **नमः शि वा य**-से मिल कर बना है। मन्त्र वह होता है, जो उसे जपने और उस पर चिन्तन-मनन करने वाले की बाधाओं और कष्टों को दूर करता है तथा उस पर परमानन्द और अमरत्व की वृष्टि करता है। सात करोड़ मन्त्रों में से पंचाक्षर सर्वोपरि मन्त्र है। यजुर्वेद में सात स्कन्ध है। इसके मध्य के स्कन्ध के बिलकुल बीच में रुद्राध्यायी है। इस रुद्राध्यायी में एक सहख रुद्र मन्त्र है। इन एक सहस्र रुद्र मन्त्रों के मध्य में ’नमः शिवाय’ पंचाक्षर मन्त्र दीभिमान हो रहा है।

यजुर्वेद वेद पुरुष परमेश्वर का शीश है। इसके मध्य में स्थित रुद्रम् इसका मुख है, पंचाक्षर इनकी आँख है, शिव जो कि ’नमः शिवाय’ के मध्य में है, आँख की पुतली है। जो भी इस पंचाक्षर का जप करता है, वह जन्म-मरण के बन्धन से छूट जाता है और शाश्वत आनन्द प्राप्त करता है। यह वेदों की उद्घोषणा है। यह पंचाक्षर भगवान् की देह है। यह भगवान् शिव का निवास स्थान है। यदि आप ’नमः शिवाय” के साथ प्रारम्भ में ॐ भी लगा देते हैं, तो यह षडाक्षर मन्त्र बन जाता है। ’ॐ नमो महादेवाय’ अष्टाक्षर मन्त्र है।

पंचाक्षर छह प्रकार का है- (१) स्थूल पंचाक्षर **(नमः शिवाय)**, (२) मूक्ष्म पंचाक्षर **(शिवाय नमः)**, (३) कारण पंचाक्षर **(शिवाय शिव)**, (४) महाकारण पंचाक्षर **(शिवाय)**, (५) महामनु अथवा मुक्ति पंचाक्षर **(शि)**।

किं तस्य बहुभिर्मन्त्रैः किं तीर्थः किं तपोऽध्वरैः ।
यस्यों नमः शिवायेति मन्त्रो हृदयगोचरः ।।

जिसके हृदय में ’ॐ नमः शिवाय - यह मन्त्र निवास करता है, उसके लिए बहुत से मन्त्र, तीर्थ, तप और यज्ञों की क्या आवश्यकता है।

-स्कन्दपुराण

”नमः’ का अर्थ है-साशंग प्रणिपात। ’शिवाय नमः’ का अर्थ है- भगवान् शिव को साहांग प्रणाम। देह-दृष्टि से जीव भगवान् शिव का दास है। ’नमः’ जीवात्मा का परिचायक है। ’शिव’ परमात्मा का द्योतक है। अतः ’शिवाय नमः’ उसी प्रकार महावाक्य है जैसे ’तत् त्वम् असि’ है जो जीवात्मा और परमात्मा की एकता का द्योतक है।

भगवान् रूपी धान का ॐ बाह्य रूप (छिलका) है और पंचाक्षर भीतरी भाग (चावल) है। प्रणव और पंचाक्षर एक ही हैं। पाँच अक्षर भगवान् के पाँच कृत्यों-सृष्टि, स्थिति, संहार, तिरोधान और अनुग्रह के परिचायक हैं। यह ’पाँच महाभूतों’ और उनके मिश्रण से रचित समस्त सृष्टि के भी द्योतक हैं। ’न’ तिरोधान का सूचक है; ’मः’ मल अथवा अशुद्धि का, ’शि’ भगवान् ’शिव’ का, ’या’ शक्ति का और ’य’ जीवात्मा का द्योतक है।

स्नान करें, अथवा अपना मुँह, हाथ और पैर धो लें। भस्म और रुद्राक्ष माला धारण कर लें। उत्तर अथवा पूर्व दिशा की ओर मुख करके, शान्त एकान्त स्थान में पद्मासन अथवा मुखासन में बैठ जायें। मौन रहते हुए पंचाक्षर जप करें और भगवान् शिव पर ध्यान केन्द्रित करें। भगवान् के स्वरूप को हृदय में अथवा त्रिकुटी के बीच स्थित करें।

यदि आप नियमित रूप से ध्यान का अभ्यास करेंगे, तो आपका हृदय शुद्ध हो जायेगा। समस्त पाप और संस्कार पूर्णतया भस्मीभूत हो जायेंगे। आप शिव-योग-निष्ठा अथवा निर्विकल्प समाधि प्राप्त करेंगे। आपको महिमामय शिव-पद अथवा महिमामयी शिव-गति की प्राप्ति होगी और आप भगवान् शिव के साथ एक हो जायेंगे। आप शिवानन्द का शाश्वत आनन्द भोगेंगे तथा अमरत्व प्राप्त करेंगे। भगवान् शिव आप सब पर कृपा करें !

तस्मात् सर्वप्रदो मन्त्रः सोऽयं पञ्चाक्षरः स्मृतः ।
स्त्रीभिः शूद्रेश्च संकीर्णैर्धार्यते मुक्तिकाङ्क्षिभिः ।।

अतः यह पञ्चाक्षर (नमः शिवाय) मन्त्र सब कुछ देने वाला माना गया है। इसे मोक्ष की अभिलाषा रखने वाले खी-समुदाय, शुद्र और वर्णसंकर सभी धारण कर सकते हैं।

-स्कन्दपुराण

भगवान् विश्वनाथ की सच्ची अर्चना

श्री स्वामी चिदानन्द जी महाराज

पूजनीय सर्वोच्च शाश्वत अलौकिक सत्य जो विश्वनाथ मन्दिर में भगवान् विश्वनाथ के रूप में प्रकट हुए हैं, उन्हें बद्धापूर्वक नमन ईश्वर करे भगवान् विश्वनाथ जिनकी प्राण-प्रतिष्ठा १९४३ में प्रिय पूज्यनीय पावन गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज ने की थी, उसके वार्षिक उत्सव पर भगवान् विश्वनाथ के प्रकट रूप की सर्वोच्च कृपा हम सबके ऊपर हो। उनका आशीर्वाद आपको यह आभास कराने बोग्य बनाये कि आप ईश्वर को अपने शरीर रूपी मन्दिर, में बाहय मन्दिर के ईश्वर की पूजा के माध्यम से अनुभव कर सकें। तभी बाहय मन्दिर में पूजा की सार्थकता है।

ते धन्यास्ते महात्मानः कृतकृत्यस्ते एव हि ।
द्वयक्षरं नाम येषां वै जिहवाग्रे संस्थितं सदा ।।

जिनकी जिहवाके अग्रभागपर सदा भगवान् शंकर का दो अक्षरों वाला नाम (शिव) विराजमान रहता है, वे धन्य हैं, वे महात्मा पुरुष हैं तथा वे ही कृतकृत्य हैं।

-स्कन्दपुराण

यह शरीर भगवान् का पावन मन्दिर है। यह शरीर शाश्वत सत्ता कर चलता-फिरता जीवन्त मन्दिर है। ईश्वर आप सबके अन्तरतम में आत्म सत्य के रूप में बैठे हुए हैं। अन्तर्निहित आत्म-तत्व के रूप में भगवान् आपके भीतर विराजमान हैं। आपका आत्म-तत्व क्षुद्र अनित्य व्यक्तित्व नहीं है जो 'मैं' उपाधि से युक्त नाम, रूप, शरीर और वेश वाला है और जो इच्छा अनिच्छा, आसक्ति-अनासक्ति से जुड़ा हुआ है।

जब तक मनुष्य इस अनात्म-तत्व के साथ तद्रूपता का विच्छेद नहीं करता, कठोर अभ्यास, अनवरत प्रतिज्ञा (दृद-निश्चय) और सतत सक्रिय दैनिक विवेक द्वारा 'अहं' भाव से ऊपर नहीं उठता, तो इस भौतिक जीवन में साक्षात्कार असम्भव है। क्योंकि शरीर में सत्य का आभास अपने केन्द्र-बिन्दु से हटने के समान है। शरीर को सत्य मान कर हमारा मन पहले से ही बहिर्मुखी हो चुका है। बहिर्मुखी होने के लिए उसे आपके शरीर से परे बाह्य जगत् में जाने की आवश्यकता नहीं है। अपने चारों ओर के जगत् की विस्मृति होने पर भी यदि आपका मन बाहर जाता है, शरीर को देखता है और उसे सत्य मानता है, तो मन पूर्वतः ही बहिर्मुखी है; क्योंकि शरीर आपसे बाह्य है।

आप शरीर के अभ्यन्तर वासी हो। देह का विचार ही उस (आत्म-तत्त्व) से पृथक् है, बाहर है। जब आप शरीर के प्रति जागृत हो जाते हो और आपकी चेतना देहाध्यास की स्थिति में आ जाती है, तब आप आत्म-केन्द्रित, आत्मस्थ नहीं हो सकते हैं। आप कुछ भी न सोच रहे हो; किन्तु चेतना यदि इस अवस्था में है कि 'मैं यह हैं', तो आप पहले ही बहिर्मुखी हो चुके हो। अतः आपकी चेतना की समग्रता अभ्यन्तर सत्य में लीन होनी चाहिए।

विश्वनाथ मन्दिर भले ही आपके लिए बाहर हो; पर विश्वनाथ आपके अन्तर में निवास करते हैं। "सदा बसन्तं हृदयारविन्दे भवं भवानि सहितं नमामि " मैं भगवान् शिव और उनकी ब्रह्माण्डीय आद्य शक्ति के प्रति नमित हूँ जो सदा मेरे हृदय में निवास करते हैं। इसीलिए विश्वनाथ, विश्वनाथ मन्दिर में नहीं बसते हैं। विश्वनाथ आपकी अन्तरतम आत्मा के रूप में आपके भीतर निवास करते हैं। "हे अर्जुन! मैं सभी प्राणियों के हृदय में निवास करता हूँ।"

ईश्वर को अपने अन्दर बसने वाले सत्य के रूप में अनुभव करो। अनुभव करो कि आपका शरीर चलता-फिरता मन्दिर है और अपने शरीर-मन्दिर में बैठे हुए प्रभु की पूजा ध्यान, प्रार्थना, मौन, जप द्वारा करो। आपके आन्तरिक केन्द्र जहाँ वे बैठे हैं, उस स्थान की मलिनता को जी उनके अनुकूल नहीं है, साफ कर दो। वास्तविक आत्मा को अपने से अलग न मान कर अपने-आपको पवित्रता के भाव से भर दो। यह घोषित किया जा चुका है कि यह शरीर भगवान् का निवास स्थान है और निश्चित रूप से आप उस अन्तस्थ सत्य के तद्रूप हो। आप उनका अनुभव नहीं कर पाते हो; क्योंकि आपके मन में बहुत कुछ ऐसा है जो स्वच्छ, पावन और पवित्र नहीं है।

शिव इत्यक्षरं नाम यैरुदीरितमद्य वै ।

ते वै मनुष्यरूपेण रुद्राः स्युर्नात्र संशयः ।।

आज भी जिन्होंने 'शिव' इस अविनाशी नाम का उच्चारण किया है, वे निश्चय ही मनुष्यरूप में रुद्र हैं इसमें संशय नहीं है।

-स्कन्दपुराण

उसे हटाने की आवश्यकता है, जो उनकी उपस्थिति के अनुकूल नहीं है। इसलिए अपवित्र को हटा कर उनकी पूजा करो। मन्दिर का पुजारी भी प्रतिदिन यही करता है, जब वह मन्दिर में प्रवेश करता है तो पूर्व-दिवस के पूजा के अवशेष हटाता है।

इसीलिए गुरुदेव तथा अन्य अनेकों महान् आत्माओं ने ईश्वरोपलब्धि के पथ पर जाने के लिए कहा है- "पवित्रता, एकाग्रता, ध्यान द्वारा साक्षात्कार करो।" पवित्रीकरण के लिए आदि शंकराचार्य ने कहा है- "पहले अपने मल को दूर करो, उसके बाद विक्षेप, फिर आवरण दूर करो।" उपवास, विभिन्न स्तरों पर आत्म-शुद्धि की प्रक्रिया में प्रार्थना, व्रत, मिताहार, सादगी, संयम, तप करने का यही महत्त्व है।

अपने-आपको शुद्ध करके, एकाग्र भाव से ध्यान करके उन्हें प्राप्त करो। अपनी सारी अपवित्रताओं को दूर करके उनके इस जीवित जागृत मन्दिर में उनकी पूजा करो। उनकी उपस्थिति का अनुभव करो। उनका ध्यान करके सबसे उच्च प्रकार की पूजा करो। उनके नाम का जा करके, उनका स्मरण करके, मन-मन्दिर शुद्ध रख कर, उन्हें सभी नाम-रूपों में देख कर उन सबका समान रूप से आदर करो।

सांकेत्यं पारिहास्यं वा स्तोभं हेलनमेव वा।

वैकुण्ठनामग्रहणमशेषाघहरं विदुः ।।

संकेत में, हँसी-मजाक में तथा अवहेलनापूर्वक भी जो भगवान् का नाम लेता है तो नाम सब पापों का नाश कर देता है।

-श्रीमद्भागवत ६.२.१४

आज के दिन की पूजा, वर्ष में एक बार होने पर भी आपके मन में वह भाव जगाती है, जागरूकता की ऐसी दृष्टि लाती है, ईश्वर करे कि यह जागरूकता, यह भाव आने वाले वर्ष के बारहों महीने आपके मन में बना रहे। वर्ष भर आपका मन ईश्वर के प्रति जागरूक बना रहे। पूजनीय गुरुदेव श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज के हाथों भगवान् की प्राण-प्रतिष्ठा के वार्षिक उत्सव में सम्मिलित होने का प्रभाव आप पर पड़े।

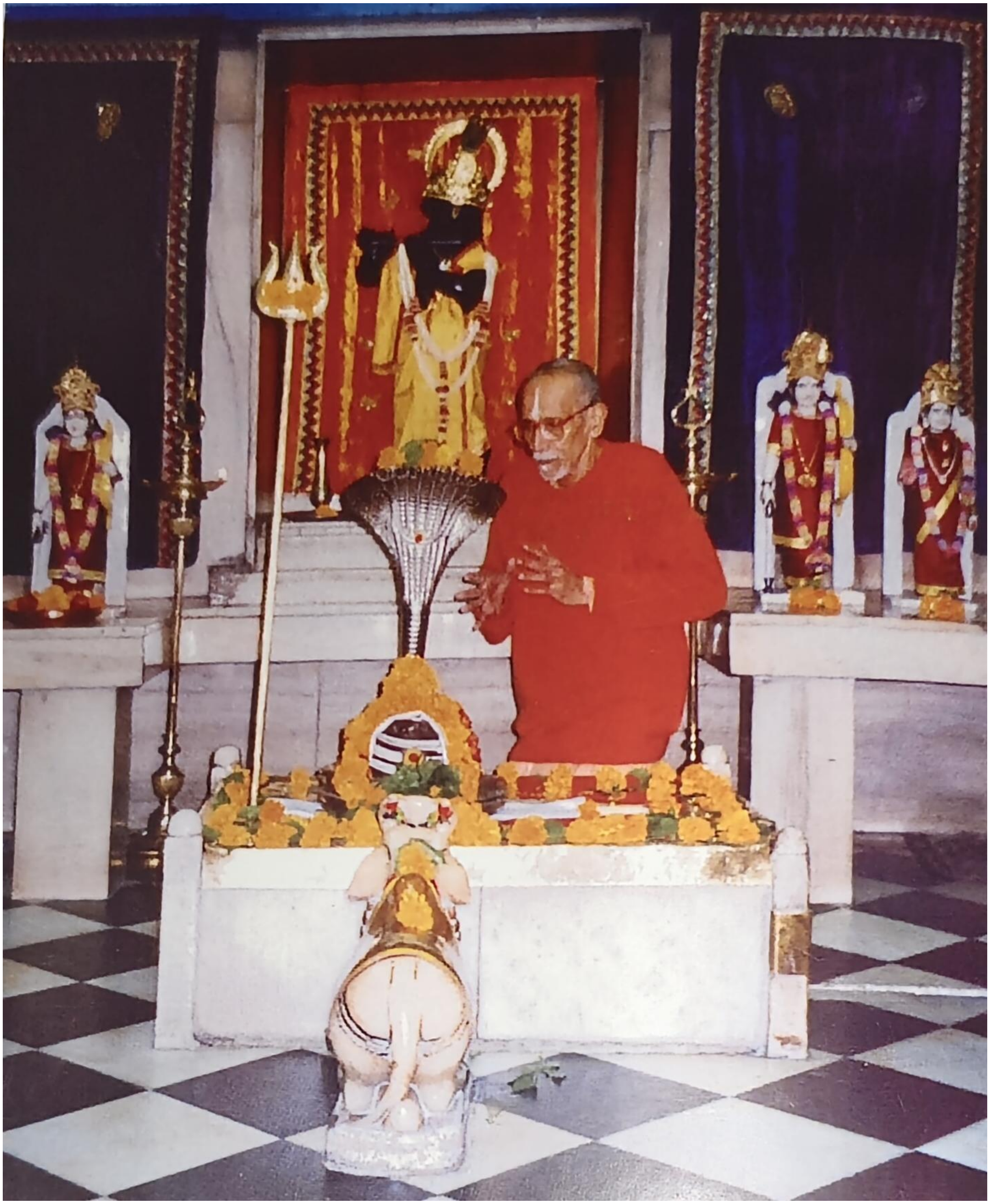
हमें सदा इस बात को स्मरण रखना चाहिए कि भीतर बैठे भगवान् की पूजा के लिए कोई समय, दिशा, प्रतिबन्ध तथा पूर्व-अनुकूलता की आवश्यकता नहीं है। इसलिए हर समय, सभी परिस्थितियों में, बिना किसी प्रतिबन्ध के आप उनकी पूजा कर सकते हैं; क्योंकि जहाँ आप है, वह भी सदा वहाँ हैं। वह नित्य रूप से अनित्य शरीर में हैं। हर शरीर में अक्षर का निवास है।

इस जागृति में रहना मानो मन्दिर में रहना है जो सदा पावन स्थल है। ”आराध्य सर्वव्यापक देव! आशीर्वाद दीजिए कि हम यहीं अभी आपकी विद्यमानता का अनुभव कर सकें। आपसे यही प्रार्थना है।”

सर्वेषामपि पुण्यानां सर्वेषां श्रेयसामपि।
सर्वेषामपि यज्ञानां जपयज्ञः परः स्मृतः ।।

समस्त पुण्यों, श्रेय के सम्पूर्ण साधनों और समस्त यज्ञों में जपयज्ञ को ही सर्वोत्तम माना गया है।

-स्कन्दपुराण



श्री विश्वनाथ मन्दिर

श्री स्वामी शिवानन्द जी महाराज

वंशी बजाते, मन को लुभाते, मुरली मनोहर हैं सुशोभित,

समक्ष ही भगवान् विश्वनाथ जी सुप्रतिष्ठितः

मुरली धुन श्रवण कर जो रहते आह्लादित,
नन्दी भी प्रतिहारी रूप में होते प्रफुल्लित ।।

दक्षिण पाश्वं में अम्बे पार्वती जी निवेदित मुद्रा में प्रमुदित,
वाम भाग में विराजे गणेश जी करते आशीर्वादित ।।

श्री राम और सीता जी सम्मोहित,
दायीं ओर हैं शोभान्वित ।
श्री लक्ष्मण हनुमान बायीं ओर उल्लसित,
सतत सतर्क सेवा भाव में समर्पित ।।

मन्दिर के रावल (पुजारी) हैं मस्त,
रुद्री-चमक के सस्वर पाठन में,
सहायक रावल तत्परता से रत,
दीप-प्रज्वलन, आरती की तैयारी में।।

'शिवा' हैं आनन्द विभोर कीर्तन में,
साधक-उपासक सोल्लास घंटी घंटा बजाने में।।

समस्त भक्त जन प्रसाद और दिव्य आनन्द में आनन्दित,
मन्दिर- महिमा का गौरव है अवर्णनीय, शब्दातीत ।
आएँ आप भी हों महिमान्वित,
मंगल आशीष । अभिनन्दन। सब हैं निमन्त्रित अभिवन्दित ।।

कृष्णकृष्णेति कृष्णेति नित्यं जपति यो जनः।

तस्य प्रीतिः कलौ नित्यं कृष्णस्योपरि वर्द्धते ।।

जो मनुष्य नित्य 'कृष्ण, कृष्ण, कृष्ण' का जप करता है, कलियुग में भगवान् श्रीकृष्ण के प्रति उसका प्रेम निरन्तर बढ़ता है।

-स्कन्दपुराण

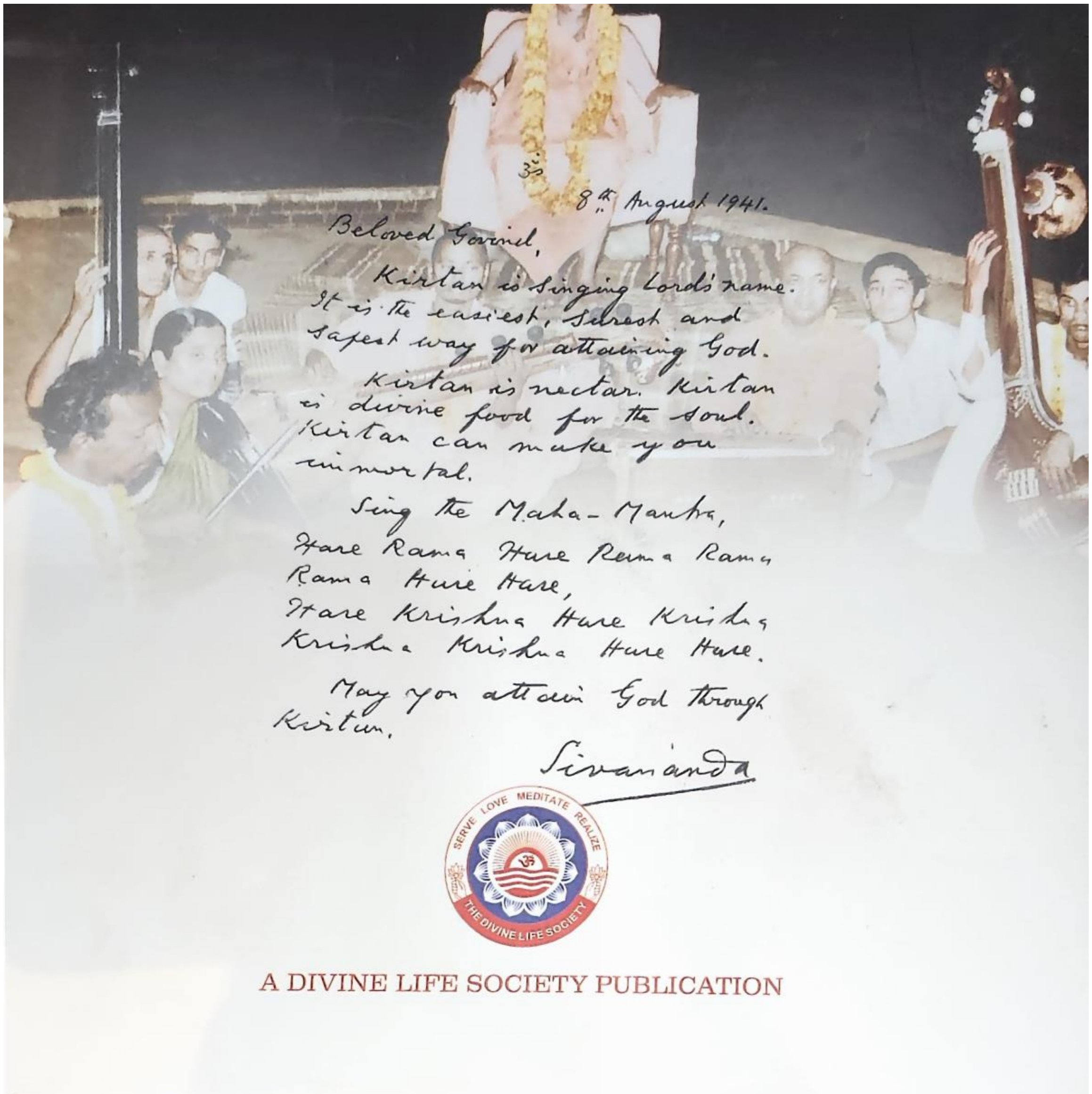
संकीर्तनध्वनिं श्रुत्वा ये च नृत्यन्ति मानवाः ।

तेषां पादजः स्पर्शात्सद्यः पूता वसुन्धरा ।।

जो भगवन्नाम की ध्वनि को सुन कर प्रेम में तन्मय हो कर नृत्य करते हैं, उनकी चरण रज से पृथ्वी शीघ्र ही पवित्र हो जाती है।

-बृहद् नारदीय पुराण

गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णुर्गुरुर्देवो महेश्वरः।
गुरुः साक्षात् परं ब्रह्म तस्मै श्रीगुरवे नमः।।


ॐ
8th August 1941.
Beloved Govind,
Kirtan is singing Lord's name.
It is the easiest, surest and
safest way for attaining God.
Kirtan is nectar. Kirtan
is divine food for the soul.
Kirtan can make you
immortal.
Sing the Maha-Mantra,
Hare Rama Hare Rama Rama
Rama Hare Hare,
Hare Krishna Hare Krishna
Krishna Krishna Hare Hare.
May you attain God through
Kirtan.
Sivananda
SERVE LOVE MEDITATE REALIZE
THE DIVINE LIFE SOCIETY
A DIVINE LIFE SOCIETY PUBLICATION